



# اچھا انسان

تحریر کردہ  
گروہاری محل گیتا  
بی۔ اے۔ ایل۔ ایل۔ بی ایڈوکیٹ جموں (قوی)

---

اوم

شری پتاجی کے چرنوں میں

داس :- گردھاری محل گپتا

# فہرست مضامین

## اچھا انسان کون ہے؟

نمبر شمار	مضامین	صفحہ
۱۔	جو اچھے انسانوں کی زندگی کے حالات سے واقف ہو۔	۷
	اور اچھی سنگت رکھے۔	
۲۔	جسے بھگوان پر بھروسہ ہو۔	۱۱
۳۔	جو اچھی خوراک کا عادی ہو۔	۱۴
۴۔	جو سادہ زندگی بسر کرے۔	۱۷
۵۔	جو ہر ایک سے سچا پریم کرے۔	۲۱
۶۔	جو کسی انسان سے نفرت نہ کرے۔	۲۴
۷۔	جو ہر ایک انسان جیوان اور شے میں بھگوان کو موجود سمجھے۔	۲۷
۸۔	جو اپنے فرائض اور ڈیوٹی کو خوشی اور محنت سے سر انجام دے۔	۳۰
۹۔	جو اچھا بیٹا۔ اچھا باپ۔ اچھا خاوند۔ اچھا بھائی ہو۔	۳۳
۱۰۔	جو سچا ہو۔	۳۸
۱۱۔	غلطی کے بعد غلطی کو فوراً تسلیم کرے۔	۴۱
۱۲۔	جو الفاظِ شستہ کا استعمال کرے۔	۴۴
۱۳۔	جو نکتہ چین نہ ہو۔	۴۶

صفحہ

۴۸

۱۴۔ جو ہر دوسرے کے لئے ہر ممکن فائدہ مند ہو۔

۵۱

۱۵۔ جس کا ہر کام۔ ہر بات ایسی ہو کہ دوسرا اس کی پیروی کرنی چاہیے۔

۵۳

۱۶۔ جو خندہ پیشانی سے دیگر اشخاص سے ملے۔

۵۵

۱۷۔ اس کا کوئی فعل۔ کوئی لفظ دیگر کو باعث رنج نہ ہو۔

۵۷

۱۸۔ جو سچے دل سے دیگر کی بہتری کا خواہشمند رہے۔

۵۹

۱۹۔ جو دیگر کی تکلیف اور نقصان سے متاثر ہو۔

۶۲

۲۰۔ جو اپنے سے چھوٹے سے بھی اچھی بات سیکھ لے۔

۶۴

۲۱۔ جو ہمیشہ علم حاصل کرنے میں کوشاں رہے۔

۶۶

۲۲۔ جس نے اپنا روزانہ پروگرام رکھا ہو۔ اور اس پر کاربند رہے۔

۶۸

۲۳۔ جو اصلیت کا متلاشی اور پیرو ہو۔

۷۰

۲۴۔ روزانہ صبح و شام کم از کم آدھ گھنٹہ کے لئے بھگوان کی یاد میں ایکانت میں بیٹھ۔

۷۲

۲۵۔ ملک و قوم کی بہتری کے لئے ہر قربانی کے لئے تیار ہو۔

۷۴

۲۶۔ جو کام سے بچے۔

۷۷

۲۷۔ کروڑھ سے بچے۔

۷۹

۲۸۔ لوبھ سے بچے۔

۸۰

۲۹۔ موہ سے بچے۔

۸۲

۳۰۔ اہنکار سے بچے۔



# تہذیب

بیرونی حکومت۔ ویدک روٹنز کی ناواقفیت اور غربت ہمارے  
گنہگار ہونے کے آہم موجب رہے ہیں۔ مگر اب <sup>۱</sup>۔ <sup>۲</sup> سے کلینا نجات  
حاصل ہو چکی ہے اور یہ نجات غنقریب <sup>۳</sup> و <sup>۴</sup> کو بھی ختم کر چکی۔  
کسی مضمون پر بھی اگر کچھ لکھا جائے۔ تو بہت اور کم لکھا جاسکتا ہے مگر  
خادم نے دانستہ اس کتاب کو تھوڑے الفاظ میں لکھنے کی ابتداء سے ہی  
کٹان لی ہے۔ تاکہ پڑھنے والا تھوڑے عرصہ میں پڑھ سکے۔ اور ہر ایک  
باب کو بھی اس ارادہ کے تحت سادہ اور کم الفاظ میں پیش کیا گیا ہے۔  
مقصد صرف یہ ہے کہ کس طرح ہم اچھے انسان بن سکتے ہیں۔ اور  
اس کے لئے ہمیں کیا کرنا چاہیے۔

مجھے یقین کامل ہے کہ کتاب پڑھ لینے کے بعد ہر انسان اپنے  
آپ کو پڑھنا شروع کرنے کے وقت کے مقابلہ میں بہتر پائیگا۔  
پیارے بزرگو۔ بھائیو کتاب میں وہی باتیں درج ہیں جو کہ  
تقریباً ہر اچھی کتاب میں پائی جاتی ہیں۔ اند کہ مجھے یقین ہے کہ بہت  
سے اصحاب ایسے ہیں جو کہ کتاب میں مندرجہ اچھے اوصاف سے بھی  
بہتر اوصاف کے مالک ہیں تاہم اس کا مطالعہ ہر ایک کے لئے فائدہ مند  
ہوگا۔

بشرط توفیق خواہشمند اور مستحق اشخاص کو یہ کتاب مفت تمہیا

..... کی جایا کریگی۔ بھگوان ارادہ کو پورا کریں۔

۳۔ چاکن برست ۲۰۵

خادم

گرہاری لعل گپتا ایڈووکیٹ جموں

التماس

ہر باب پڑھ کر اپنے آپ کو سوال پوچھ کر جانچو۔ کہ اس کو  
باعمل یاد کر لیا ہے۔ اور جب تک اپنے آپ کو اس باب میں پاس  
نہ سمجھو۔ اس کا مطالعہ اور اس کے مطابق بننے کی کوشش جاری  
رکھو۔ اور پھر دوسرے باب پر جاؤ۔ ۱۰



# باب نمبر ۱

جو اچھے انسانوں کی زندگی کے حالات واقف ہو  
اور اچھی سنگت رکھے۔

اچھی باتوں کا علم یا تو اچھی کتابیں پڑھنے سے یا سننے سے یا اچھے انسانوں  
کی سوسائٹی سے ہی ہو سکتا ہے۔ کئی باتیں ایسی ہوتی ہیں جو کہ پڑھ کر سیکھنی  
کبھی نصیب نہ ہو سکیں۔ یعنی زیادہ قابلیت اور وقت درکار ہوتا ہے۔ اس  
صورت میں ان کتابوں کے عبور والے اشخاص سے ان کا خلاصہ سن کر  
علمیت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس لئے یا تو خود اچھی کتابیں پڑھو۔ یا  
پڑھے ہوئے اشخاص کی صحبت سے مستفید ہو۔

دنیا میں ہر ملک میں اپنے اپنے وقت پر بڑے بڑے انسان ان  
کو ادتار۔ رسول یا پیغمبر کو پیدا ہوئے۔ اور انہوں نے بہترین پیغام  
دیئے۔ ان کی زندگیوں کے حالات یا ان سے منسوب کردہ کتابیں پڑھنے سے  
انسان بہتر ہو جاتا ہے۔ کہو تو دعا کرو کہ ہر شخص سے  
ہزار گنا اچھا ہے۔ کیونکہ اس سے گمان یا علم ہوتا ہے۔ اور اگر اس گمان  
اور علم کو یاد کر کے اس کا فائدہ اٹھایا جائے۔ تو اس کے اثرات ناقابل بیان



ہر جلتے ہیں۔ صرف مندرجہ ذیل چند کتب کا مطالعہ اس باب کے پڑھنے والے کے لئے کافی ہوگا۔

الف) رامائن :- ہرزبان میں اور تقریباً ہر لائبریری اور کئی پرائیویٹ اشخاص سے ملیر آسکتی ہے۔ اس کے پڑھنے کے بعد انسان محسوس کرے گا کہ شری رام چندر جی کتنے اچھے انسان تھے۔ ان کا والدین سے کتنا پریم تھا۔ باپ کا حکم اور وہ کہ بادشاہت کے آرام و اعلیٰ چھوڑ کر جوہر سال بن باس گذارو۔ کس جذبہ فربہ داری سے فرض اولین سمجھ کر قبول کیا۔ اپنے بھائیوں سے کس حد کا پریم۔ رعایا اور عوام سے کیسے مخلصانہ تعلقات۔ استری سے پریم اور کہ گناہ کرنے والوں اور مخزوروں کی تباہی مانند راوہ بادشاہ لٹکا کس طرح ہوتی ہے۔ اصلیت کا انکشاف اور سچائی کی حقیقت اور وقت آنے پر اپنی رعایا اور ملک کی خوشنودی کے لئے ہر ممکن تیاگ یعنی کس طرح سے سیتا جی کو تیاگ دیا۔ وغیرہ۔ وغیرہ۔ (ب) مہا بھارت :- سرکرشن جی مہاراج کی زندگی کے حالات۔ کیا اچھا سبق کہ اپنے کام کو فرض سمجھے کر کئے جاؤ۔ نفع و نقصان بھول کر پرچھوڑو۔ وہ پریم بھری سبق آموز ان کی چھوٹی عمر کی کہانیاں۔ گوالوں سے پریم۔ سکھیوں سے سچی محبت۔ بہتری ملک و قوم کی تڑپ پر پریم ہی پریم۔ دشمن سے بھی پریم۔ سچی دوستی۔ سودا ایک غریب برہمن اور وہ بادشاہ۔ مگر ایک جان و قالب کتنی عزت اس کی کرتے تھے۔ گیتا ان کا ہم لوگوں کے لئے سبق ہے۔ جس سے خلاصہ کے طور پر ہم سیکھتے ہیں۔

ستید خوراک۔ ستید بچن اور ستید کرم کرو۔ اور جو اور تو گن کو مارو۔  
(ج) گورو گرنمکھ :- شری گورو نانک جی کی زندگی کے حالات اور پنجابی  
زبان میں عام فہم میٹھے الفاظ میں اُن کی سکشا۔ میٹھی بانی بولو۔ جھوٹ  
ظلم نہ تولو۔ پھر اندر اپنے ٹٹو لو۔

کتنے اچھے تھے وہ کہ ہر دوار کانشی میں اُن کی عزت اور مکہ میں اُن  
کے پیرو۔ مرنے پر ہندو کہیں کہ وہ ہمارا تھا اور مسلمان کہیں کہ وہ ہمارا تھا۔  
اور دونوں فرقوں نے اپنا اپنا سمجھ کر اُن کا آخری سنسکار کیا۔  
(د) قرآن :- چھوٹی عمر میں منظر خیال کرتا تھا۔ کہ یہ مسلمانوں کی  
کتاب ہے اس کو پڑھنا ہندو کے لئے جائز نہیں ہے نامعلوم ایسے تنگ  
اور غلط خیالی کیوں میرے دل میں تھے۔

قرآن کے لفظی معنی ہیں۔ وہ چیز جو پڑھنے کے قابل ہو۔ اس  
کتاب کے یک صد چودہ باب یعنی سپارے ہیں۔ اور ہر سپارہ اشعار  
یا آیات میں ہے۔ تقریباً ہر سپارے میں درج ہے کہ خدا سے ڈرو۔  
بخشیش دو۔ رحم دل بنو۔ کسی سے ظلم نہ کرو۔ جو اچھے کام کر لیا۔ خدا کی  
اس پر رحمت ہوگی۔ اور جو بُرے کر لیا۔ خدا اس پر اپنی غضب اور لعنت دے گا۔  
خدا ! الیثور۔ بھگوان یا نر لکار کا دوسرا نام ہے حضرت محمد کی زندگی  
کے حالات اور قرآن میں دی گئی باتیں وہی فلاسفی اور سبق سکھاتی ہیں۔  
جو دیگر ادب پر بیان کردہ کتب میں ہے۔ فرق صرف الفاظ اور زبان کا ہے۔  
(س) سوامی رام تیرتھ کی سوانحری :- غربت سے ترقی اور ترقی

پاکر بھی سادگی۔ البتہ پریم اور بھگتی جس طرح سادہ اور موثر الفاظ میں اس کتاب میں پاؤ گے شاید ایسے اور کسی کتاب میں نہ ہو۔  
 (ص)، مہاتما گاندھی (تلاش حق)۔ اُن کی زندگی کے حالات سے آپ ضروری سے ضروری اور معمولی سے معمولی باتیں پاؤ گے۔ اور ہر بات سبق آموز ہے۔ اُن کی تعلیم اور پھر اُن ایام میں ہندوستانی کے لئے ولایت سے بیرسٹری کا پاس اور پھر باوجود اس قدر اعلیٰ تعلیم ہونے کے کس قدر انکسار۔ ملک و قوم کی محبت اور اُن کے لئے قربانی کا مادہ۔ دنیا بھر کے لئے امن کا سبق۔ اور امن کا ہتھیار سے جنگ آزادی کو جیتنا۔ اور ہر انسان خواہ وہ کسی مذہب و ملت کا ہو اُس کو اپنا بھائی سمجھنا اور محبت کی دُور کو اس قدر لمبا کرنا کہ نفرت و دُج کے دھاگے کو جڑھ سے اِدھیڑ دیوے۔ زبان سے الفاظ سے اس شخصیت کی زندگی کی تعریف ناممکن ہے۔

پیارے بھائیو۔ بزرگو۔ بہنو اگر آپ نے یہ چھ کتابیں پڑھ یا سن لی ہیں۔ تو اُن کے گُن یا سبق جو آپ نے سیکھے وہ اپنے دل سے پوچھو۔ اور صبح و شام پُرُن کرو۔ کہ وہ گُن ہم بھی اپنے میں پورے کر کے چھوڑیں گے۔

# باب نمبر ۲

## جسے بھگوان پر بھروسہ ہو

بھگوان کے دوسرے نام ایشور۔ خدا۔ گاڈ۔ پر بھروسہ۔ مالک۔  
نرنکار۔ سر و شکیتمان۔ پرماتما۔ اللہ۔ داتا وغیرہ ہیں۔ اور ہر  
ملک اور مذہب اس اصول کو مانتا ہے۔ کہ اس دنیا کو بسانے والا اور  
سورج چاند کو چمکانے والی کوئی نہ کوئی طاقت ہے جس کو قدرت کہا  
جائے۔ یا مندرجہ بالا کوئی نام دیا جاوے۔ ایشور سے منکر یعنی  
(ATHIEST) کے لئے یہ کتاب تحریر نہیں کی گئی ہے اور نہ ایسے اصحاب  
اس سے کوئی فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

بھگوان بڑے نیک۔ رحم دل۔ مہربان۔ مددگار ہر وقت۔ ہر جگہ  
موجود ہیں۔ غرضیکہ تمام اچھے اوصاف ان میں موجود ہیں۔ اگر انسان  
بڑا گنہگار بھی ہو۔ اور سچے دل سے بھگوان کے آگے اپنے گناہوں  
کو تسلیم کرتا ہو تو بہ کر کے معافی مانگے۔ تو وہ اس پر بھی اپنی تمام  
رحمت نازل کر دیتے ہیں۔ اور اگر ہم کوئی اچھا کام شروع کریں۔ اور  
اپنے وسائل اور قابلیت سے کرم کرتے جائیں۔ اور بھگوان پر بھروسہ



رکھ کر اپنے ذمگی فرایض ادا کریں۔ لازماً بھگوان اس میں کامیابی دیتے ہیں۔ مگر بھگوان پر بھروسہ رکھ کر بُرے کام کرنے اگر شروع ہو جائیں تو اس کے نتائج بُرے ہوں گے۔

جو انسان سچے دل سے بھگوان پر بھروسہ رکھتا ہو کوئی سستہ کرم کرتا ہے اس میں اسے کبھی ہار نہیں۔ کیونکہ بھگوان کا پوتر نام دل پر آتے ہی انسان کے بُرے خیالات کو تبدیل کر دیتا ہے اور انسان پر ایسا اثر ہو جاتا ہے کہ وہ بُرائی سے بدل کر اچھائی کی طرف رجوع ہو جاتا ہے۔ اور جب ہم اچھائی کے راستہ پر گامزن ہو جاویں۔ تو پھر اچھے کرم کا پھل اچھا لازماً ملتا ہے۔

اس لئے ہر انسان کا فرض ہے کہ صبح سویرے اٹھتے ہی پہلے بھگوان کا نام لیوے۔ اور ان پر بھروسہ کر کے پرہیز کرے۔ کہ وہ سارے دن کوئی بُرا کام نہ کرے گا۔ اور رات کو سونے کے وقت اپنے دن کے تمام افعال اور حالات کے لئے غور کرے۔ کہ کیا کیا غلطیاں ہوئیں۔ اور پھر مصمم ارادہ کر لیوے۔ کہ اب کل کوئی غلطی نہ ہوگی۔ اور اسی طرح اس پر یکٹیس کے ذریعہ ہر وقت ہر آن یہ سمجھے کہ بھگوان جسم کے اندر باہر ہر طرف ہر شے میں ہیں۔ اور ہر اچھے کام کے لئے ان کا شکر گزار ہو۔ ان کی ہر بانی سے شوا ہے۔ اور ہر غلطی کے لئے ان سے معافی مانگتا ہو۔ آئندہ ایسی غلطی نہ کرنے کا وعدہ کرے۔

(نوٹ) جو اصحاب یہ جانتا چاہتے ہیں کہ بھگوان کی کیا شکل ہے۔

وہ کیسے ہیں۔ ان سے کس طرح ملاقات ہو۔ ان کے لئے بہتر ہے کہ شرمید  
گیتا اور یوگ سو تریتجکل کا اچھی طرح مطالعہ کریں۔ البتہ میری طرف  
منے یہ عرض ہے کہ نئے منٹاشنی کے لئے آسان راستہ بھگوان کو  
پانے کا اس طور ہے کہ وہ بھگوان کو ساکار (حسب والا) جان کر بھگوان  
کی تصویر لے کر اس پر پریم پر یکٹس کرے اس کے آگے راستے خود  
بخود آسان ہو جاویں گے +

---

# باب نمبر ۳

## جو اچھی خوراک کا عادی ہو

خوراک تین قسم کی ہوتی ہے۔ (۱) سائوک۔ (۲) راجس۔ (۳) تامس۔  
سائوک خوراک وہ ہے جس کو کھانے سے انسان کو بے نداشت نہ کیا جاسکے  
اور طاقت حاصل ہوتی ہے۔

راجس وہ ہے جس کو کھانے سے انسان جو شیلہ۔ خون خوار۔ تیز  
اور غصہ والا بنتا ہے۔

تامس وہ ہے جس کو کھانے سے سستی۔ بے چینی۔ نیند۔ کم خیالی  
اور عقل کی کمی پیدا ہوتی ہے۔

اس کے علاوہ کھانے میں اعتدال بڑی لازمی چیز ہے بعض لوگ  
کھانے کے لئے زندہ رہنا چاہتے ہیں۔ اور بعض زندہ رہنے کے لئے کھاتے  
ہیں۔ بہتر وہ ہیں جو سائوک خوراک اعتدال میں کھائیں۔ اور زندہ  
رہنے کے لئے کھائیں۔

اب دیکھنا یہ ہے کہ دنیا میں پیدا شدہ ہزاروں چیزیں جو ہیں  
وہ کون سی کھانے کے قابل ہیں۔ اور کون سی نہیں کھانی چاہیئے۔

اس کے لئے ریڈر کو چاہیے کہ وہ منوسمرفی میں دی ہوئی کھانے کی گہ اشیاء کی لسٹ دیکھے۔ اور خورے الفاظ میں یہ سمجھ لیوے۔ کہ تازہ اور صاف پھل۔ دودھ۔ مٹھائی۔ سبزی۔ گھی۔ روٹی کھانے سے انسان کا دل دماغ بہتر ہوتا ہے۔ اور اس کی طبیعت کا رجحان اچھے کاموں کی طرف ہو جاتا ہے۔ اس لئے ہمیشہ کوشش کرنی چاہیے کہ اپنے دل کو ان اشیاء کی طرف مائل کریں۔ اور اگر کبھی دل بُرے خیال کی طرف جادے۔ تو سمجھ لو۔ کہ علاوہ دیگر جو مالت خوراک میں غلطی بھی ایک وجہ ہے۔ بہت سے صاحبان یہ کہیں گے کہ ہندوستان میں تاحال غربت اس قدر ہے کہ نوے فیصدی اشخاص کو مجبوراً وہ خوراک نصیب ہے جو ان کے دل کو نہیں بھاتی۔ اور زندہ رہنے کے لئے بھی ناکافی ہے۔ یہ بات سچا ہے۔ مگر غریب و امیر ہر ایک کے لئے ایک چیز کا علم ہونا ضروری ہے۔ اور اگر غریب طبقہ بھی اس خوراک کے اثر اور اچھی بُری خوراک کی پہچان۔ اور اس کے گریہ کرنے کیلئے کچھ حد تک محتاط ہو جاوے۔ تو اس کا بھی کافی اچھا اثر ہو جاتا ہے۔ اور کہ تازہ پھل کی بجائے تازہ سبزیاں بھی ساتھ ساتھ رکھتی ہیں جو کہ ہر ایک کو میسر آ سکتی ہیں۔

ہمارا جسم خوراک سے ہی بڑھتا چھوٹتا ہے اور خوراک کا ہی بنا ہوا ہے۔ اگر کوئی آدمی کچھ وقت تک کوئی خوراک نہ کھاوے۔ لازماً جان بحق ہو جاتا ہے۔ اس لئے جسم کو قائم رکھنے کے لئے خوراک ضروری ہے



اور اگر جسم طاقتور یا اچھا نہ رہا۔ تو آتما یا روح یا جان جو اس میں ہے وہ فوراً جھڑا ہوجاوے گا۔ جس کا نام دوسرے الفاظ میں موت ہے۔ والدین کا فرض اولین ہے کہ وہ اپنے بچوں کو اچھی اور اعتدال کی خوراک کھلائیں۔ اور اسی طرح اولاد کا فرض ہے کہ وہ بزرگوں و والدین اور تمام ممبرانِ خاندان کی خوراک کے لئے خاص خیال رکھیں۔ کہ واقعی ہر انسان کو مناسب خوراک میسر ہو رہی ہے اور ہر انسان اچھی صحت میں ہے۔ اچھی صحت کا ہونا دنیاوی ترقی حاصل کرنے کے لئے سب سے زیادہ اہم چیز ہے۔ اس لئے اپنے دل کو پھیل۔ میٹھی چیزیں دودھ۔ بسنری کے کھانے پر مائل رکھیں۔ اور اگر دل ٹھکے۔ ترش اور زیادہ گرم چیزیں کھانے پر کودے۔ تو اس کو روکو۔ اور چند دن اس پر کوشش سے عمل کرنے پر آپ کا دل خود بخود اچھی یعنی سا توک چیزیں کھانے میں مست محسوس کر لے گا۔ اور ان کا عادی ہو جائے گا۔

# باب نمبر

## جو سادہ زندگی بسر کرے

سادہ زندگی سے مراد ہے۔ کھانے۔ پہننے اور ضروریات زندگی میں سادہ طور پر گذر اوقات کرنا۔ کھانا ایسا ہونا چاہیئے۔ جو آسانی سے تیار ہوا ہو۔ اور جو ہر حالت میں ہر انسان کو میسر آسکتا ہو۔ یہ نہیں ہونا چاہیئے۔ کہ تکلف بھری کئی چیزیں تیار ہوں جن کے کھانے سے علاوہ خرچ زیادہ ہونے کے انسان دیگر رشتہ داروں۔ دوستوں وغیرہ پر نکتہ چین بن جاوے۔ اور مزاج امیرانہ ہو جانے سے عوام اور غریبوں کی خوراک سے متنفر ہو جاوے۔

ہر انسان کو چاہیئے۔ کہ اپنے گھر میں کھانے کے متعلق ہفتہ بھر کا پروگرام تیار کر لیوے۔ اور پروگرام تیار کرتے وقت اس بات کا خیال رکھا جاوے۔ کہ آیا ہر ہندوستانی رشتہ دار اور دیگر ان کو ایسا کھانا نصیب ہو سکتا ہے۔ تاکہ جذبہ ہمدردی۔ یکسانگی اور بہتری پیدا ہو کر انسان عوام کے لئے مفید ثابت ہو۔

سادہ خوراک ہونے سے انسان کے خیالات بہتر ہو جاتے ہیں

اور چونکہ سادہ خوراک پر خرچ کم لگتا ہے اس لئے انسان آسانی سے اس میں کسی ضرورت مند کو شریک دعوت کر سکتا ہے۔ اور نیز دیگر ضروریات زندگی کے لئے بچٹ ہو سکتی ہے۔ پوشاک جس قدر سادہ ہوگی۔ اس قدر ہی آپ کو زیادہ آرام میں رکھے گی۔ اور اس کے خراب ہو جانے یا بچٹ جانے پر آپ کو اس قدر تکلیف نہ ہوگی۔ جس قدر کہ قیمتی کپڑے کے خراب ہو جانے پر ہوتی ہے۔ زیادہ قیمتی کپڑے پہننے سے ایک تو خرچ زیادہ دوسرے طبیعت میں مادہ امیری ہو جانے سے دیگر تمام معاملات میں بھی امیرانہ طرز اور طور رکھنا پڑتا ہے۔ اور بشرط کمی دل میں رنجش اور ناخوشی پیدا ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ اصولاً بھی ہم کو یہ کوئی حق نہیں ہے۔ کہ ہم عوام کو مسیر آمدہ پارچا سے زیادہ قیمتی اور اچھے کپڑے پہنیں۔ کوشش یہ چاہیے۔ کہ ہم ہر سندوستانی اور خاص کر غریب سے غریب کا بھی خیال رکھیں کہ اس کو کیا نصیب ہے۔ اور دکھلاوہ سے دست کش رہیں جو انسان فیشن پرستی کی وبا کا شکار ہو جاتے ہیں۔ ان کی زندگی خواہشات میں ڈوبی رہتی ہے۔ اور انہیں حقیقی خوشی نصیب نہیں ہو سکتی۔ دل کو اس طور بدلو۔ کہ یہ کھار پہن کر اس قدر خوشی محسوس کرے۔ جو دوسرے پشیمند پننے والے کو بھی نہیں ہو سکتی۔ اور اس طور تم دیگر ضروریات زندگی اور نیک کاموں کے لئے کافی بچٹ کر سکتے ہو۔ اور اگر محض خوبصورت دکھائی دینے کے لئے زیادہ

قیمتی پوشاک پہنی جاتی ہے۔ تو میں عرض کروں گا۔ کہ جس قدر آپ  
 میں نیک اوصاف ہوں گے۔ اُسی قدر آپ زیادہ پسندیدہ ہو جائیں گے۔  
 دنیا میں جو کچھ آدمی کرتا ہے اپنی خوشی کے لئے کرتا ہے۔ اگر سادہ  
 پوشاک پہن کر دل کو خوش رکھنے کا مادہ پیدا کر لے۔ تو بس آپ  
 جیت گئے۔ اور اچھے انسان بن گئے۔ اس کے لئے ہر ماہ پہلی تاریخ  
 کو چاہیے کہ وہ وعدہ کرے۔ کہ وہ اس ماہ زیادہ قیمتی اور زیادہ  
 تعداد کپڑے استعمال نہیں کرے گا۔ اور اس طرح اندازہ لگائے  
 کہ ایک ماہ میں کیا بچٹ ہو سکتی ہے۔ اور اس بچٹ کو کسی ضرورت مند  
 کو دے کر دیکھے۔ کہ آیا۔ کہ یہ سب سے اچھی خوشی ہے یا کہ  
 نہیں۔ اس طرح مائٹوں۔ بہنوں کو چاہیئے۔ کہ وہ غریب بیوہ  
 اور یتیم عنصر کا خیال رکھ کر خود سادہ کپڑے سے گزارہ کر کے  
 رقم بچا کر ان کی مدد کریں۔ جس سے بمقام زیادہ خوشی نصیب ہوگی۔  
 موجودہ وقت میں عام طور پر دیکھنے میں آیا ہے۔ کہ لوگ  
 اپنی آمدن کا بہت سا حصہ محض نمائشی شان و شوکت اور فیشن پرستی  
 میں صرف کر رہے ہیں۔ اور خواہشات کو اس قدر بڑھا دیا ہے۔ کہ  
 کہ جن کا پورا نہ ہونا ان کے لئے وبال جان بنا ہوا ہے۔ بلکہ  
 ضروری خوراک کو REDUCTION میں لایا جا کر محض فیشن  
 پرستی کو پورا کیا جا رہا ہے۔ مگر کپڑے نا صاف پہننا۔ گندہ رہنا۔  
 اور ضروری سامان زندگی سے بھی خالی رہنا سادگی کی تعریف میں



منہیں آتا ہے۔ بلکہ ڈوگری کا محاورہ ہے کہ انسان کو چلی۔ چلی  
 چلی کا انتظام کرنا ضروری ہے +



# باب نمبر ۵

## جو ہر ایک سے سچا پریم کرے

پریم کے معنی ہیں محبت۔ آلفت۔ دوستی۔ یگانگی۔ متر تا وغیرہ وغیرہ۔ قدرت نے ہمارے جسم میں مکمل مادے ایسے رکھ دیئے ہیں جن کو عمل میں لا کر ہم ہر بات کر سکتے ہیں۔ گویا کہ جس طرح ایک ورک شاپ میں تمام سامان موجود ہو۔ اور کار بیکر مناسب محنت اور کار کردگی سے جو چاہے تیار کر لیتا ہے۔ اسی طرح پریم محبت کا مادہ ہم تمام میں موجود ہے۔ مگر اس کو ٹھیک طریقہ سے عمل میں لانا ہمارا کام ہے۔ ہم کو چاہیے کہ ہم اپنے دل سے وعدہ کر لیں کہ ہم کسی سے نفرت نہ کریں گے۔ خواہ وہ امیر ہو غریب ہو۔ بد شکل ہو۔ کیسا ہو۔ اور سمجھیں۔ کہ اس دنیا کے باپ کی وہ پیدائش ہے۔ جس کے کہ ہم۔ پھر آپ دیکھیں۔ کہ خود بخود محبت پریم آپ کے جسم میں ٹھاٹھیں مارنی شروع کر دے گا۔ اور آپ خود بخود مجبور ہو جایا کریں گے۔ کہ آپ ہر ایک کو اپنا سمجھیں۔ اور اس دل کو دل کی راہ بتاتی ہے۔ جیسا کہ عام محاورہ ہے۔ اور یہ سچی

مقتناطیسی طاقت ہے۔ یا کوئی ایسی سائنس ہے جس کے اثرات ہر انسان کو محسوس ہوتے ہیں۔ سوال پیدا ہو گا۔ کہ ہمیں دُنیا کے لوگوں سے پریم کر کے کیا فائدہ حاصل ہو گا۔ ہم کیوں مادہ پریم کو بڑھانے کے لئے کوشاں ہوں۔ تو اُس کا جواب ہے۔ کہ ایک سچے پریم کی زندگی بڑی خوشی اور آرام کی زندگی ہو گی۔ دُنیا میں کوئی اس کا دشمن نہ ہو گا۔ ہر انسان اُس کی ہر مدد پر تیار ہو گا۔ اُس کی اپنی ضمیر اُس کو ہر وقت کہے گی۔ کہ تیرے جیسا خوش قسمت کوئی نہیں اور کہ سچا پریمی ہی بھگوان کا پیارا ہو سکتا ہے۔ جو انسان بھگوان کی دُنیا سے پریم کرنا نہیں جانتے۔ وہ بھگوان کو نہیں پاسکتے۔ اور نہ بھگوان کی مہربانی ان پر نازل ہو سکتی ہے۔

سچا پریم وہ ہے جو بالکل سچ پر ہے۔ دکھلاوہ کے طور نہ ہو جو خود غرضی پر مبنی نہ ہو۔ جو کسی بدنیت کی بناء پر نہ ہو۔ جو دل سے کیا جاوے۔ اور یہ اس طرح کیا جا سکتا ہے۔ کہ جس کسی کو ملنے کا آپ کو اتفاق ہو۔ اُسے خوشی سے خندہ پیشانی سے ملیں۔ اُس میں INTERSTED FEEL کریں۔ اُس کی جائز تعریف کے لئے تیار رہیں۔ نکتہ چینی سے پرہیز کریں۔ کوئی نقطہ الیا استعمال نہ کریں جس سے دوسرے کی دل آزاری ہو۔ اگر کسی کی غلطی اور کمی دُور کرانی مقصود ہو۔ تو اُس کو اپنی غلطی یا کمی جان کر بڑے شائستہ الفاظ میں اس طور شروع کرو۔ کہ میں اس غلطی کو کیا کرتا تھا۔ مجھ میں

یہ کمی تھی۔ عام میں ہوتی ہے۔ مگر چاہیے کہ اس طور اس کو ٹھیک کر لیا جاوے۔ پھر دیکھو کہ سنسنے والے پر کتنا اثر پڑتا ہے۔ اور کانا کو کانا کہنے کے نتائج سے بھی بچ سکو گے۔ اور نیز ہمدردی کرو۔ اور مطابق حالات ہر مدد کے لئے تیار رہو۔

مگر PASSIONATE محبت سچا پریم نہیں ہے۔ سچا پریم وہ ہے جو اچھے اور نیک اثرات پیدا کرے۔ اور جو بھائیوں کے درمیان ہونا چاہیے۔ یا جو بھائی اور بہنوں میں ہوتا ہے۔ اور یہ وہ پریم ہے جو ہمیں کام۔ کروڑھ۔ لاکھ۔ سو۔ اہنکار سے بچا سکتا ہے۔

اور یہ وہ پریم ہے جس کے اثرات ابدی ہوتے ہیں۔ اور کبھی نقصان دہ نہیں ہو سکتے۔ لیکن بدنیتی پر مبنی یا دکھلاوہ کے لئے محبت یا مطلب براری والی محبت ہمیشہ انسان کو ذلیل و خوار کرتی ہے۔ اور انسان کو بعد میں پچھتا نا پڑتا ہے۔ اس لئے ہر انسان حیوان۔ جاندار اور غیر جاندار سے بھی پریم کرو۔ اور ایثار کو اس میں پہچانو +



# باب نمبر ۶

## جو کسی انسان سے نفرت نہ کرے

اگر ہمارے دلوں سے مادہ نفرت ختم ہو جاوے۔ تو ہم اعلیٰ انسان بن گئے۔ کس طرح نفرت کا مادہ ختم کیا جاسکتا ہے۔ اس کے لئے مندرجہ ذیل طریقہ استعمال کرو۔

اپنے دل میں پختہ یقین کر لو۔ کہ ہر انسان میں آتما یا روح یا جیو ہے۔ جس کو زندگی کہا جاتا ہے۔ اور کہ یہ روح اس بھگوان کا ایک انش یعنی حصہ ہے۔ اور کہ اس طرح ہر انسان میں بھگوان براجمان ہے۔ اور ہر انسان کا فرض ہے۔ کہ بھگوان کی پوجا عزت مان کرے۔ اور پریم کرے۔ اور اس سے نفرت نہ کرے۔ اور جب اس طور یقین کر کے ہم ہر انسان میں بھگوان کی موجودگی کے قائل ہوئے۔ تو پھر روزانہ پریکٹس سے ہم ہر انسان کی عزت کرنی سیکھ گئے۔ اور اس سے نفرت کا مادہ ختم ہو گیا۔

ہر روز صبح شام بیٹھ کر پختہ ارادہ کرو۔ کہ ہم نے کسی بھی انسان سے نفرت نہیں کرنی ہے بلکہ اس کو مانند خود جان کر اس سے پیار

کہتا ہے۔ اور اس طرح روزانہ کچھ عرصہ کے لئے اپنے روز کے حالات کا امتحان لو۔ آج کی غلطی کو غلطی جان کر دوبارہ اُسے سرزد نہ ہونے دو۔ اس طور کرنے سے آپ خود بھی فرشتہ سیرت بن جاؤ گے۔ اور نیز ہر انسان کی عزت آپ کی نظروں میں اور دیگران تمہاری عزت کریں گے۔ اور زندگی ایک دلربا کھیل میں گزرے گی۔ کئی اصحاب سوال کریں گے۔ کہ انسان سے نفرت نہ کرنا چھوٹا حال میں درست نہ ہوگا۔ اور وہ یہ مثال دیں گے کہ بڑے گرم کرٹے والوں گنہگاروں۔ چوروں۔ ڈاکوؤں۔ غداروں سے ضرور نفرت کرنی چاہیئے۔ مگر ان کا یہ خیال کسی صورت میں بھی درست نہیں ہے۔ کیونکہ مادہ نفرت ایک بیماری یا عیب یا بُرا انش ہے جس سے ہم نے اپنے آپ کو صاف کرنا ہے۔ اس لئے بھی نفرت کرنا جائز نہ ہوگا۔ اور مزید ہر ان نفرت بھرے دل سے ہم کسی دیگر آدمی کو بُرائی سے بھلائی کی طرف تبدیل نہیں کر سکتے۔ نفرت ایک دیوار ہے۔ جو ہمارے فرائض دنیاوی اور انسانیت پورا کرنے کے لئے درمیان میں کھڑی ہو سکتی ہے۔ مگر اس کا یہ مطلب نہیں کہ ہم نے بڑے گرم کرنے والوں کی تعریف کرنی ہے۔ یا ان کے گلے کا مار بن جاتا ہے۔ اور کہ اگر ہم اس سبق سے اس حد تک بھی مستفید ہو جاویں۔ کہ ہم اپنے گنہگاروں کے افراد اپنے رشتہ دار اپنے دوست اور اپنے تعلق دار اشخاص سے نفرت کرنی چھوڑ

دیں۔ یعنی ایک شخص امیر ہے۔ اس کا رشتہ اور یاد دوست یا کنبہ کا  
 ممبر غریب ہے۔ تو دیکھنے میں آیا ہے۔ کہ امیر اس غریب کو نفرت  
 کرنی شروع کر دے گا۔ اور ہذا القیاس۔ یہ نہایت بڑا گناہ ہے  
 امیری بخیر بصورتی۔ عقلمندی بھگو ان کی دی ہوئی چیزیں ہیں۔  
 اگر کسی کو بھگو ان نے دی ہیں۔ تو دینے والے کا اختیار ہے۔ کہ  
 فوراً واپس بھی لے لیوے۔ اس لئے پرانی چیز سے ایک انسان  
 کیوں مغرور بن جاوے۔ بلکہ چاہیے تو یہ کہ الیسا انسان جس  
 کو بھگو ان نے اچھے حالات سے نوازا ہے۔ وہ بھگو ان کا شکر  
 گزار رہے۔ اور بھگو ان کا شکر یہ اس میں ہے کہ بھگو ان کی  
 مخلوق سے نفرت نہ کرے۔

# باب نمبر ۷

جو ہر ایک انسان حیوان اور میں بھگو ان کو موجود سمجھے

ہر جگہ موجود ہے پر نظر آتا نہیں  
یوگ سا دھن کے بنا کوئی اسے پاتا نہیں  
بیکسی اچھے اور قابل شخص کے الفاظ ہیں اور درست طور پر  
اس میں اصلیت کا اظہار ہے۔

زمین۔ آسمان۔ ہوا۔ چاند۔ ستارے۔ مخلوقات۔ نباتات۔  
جمادات ہر چیز جو بنی ہے۔ کسی نے یا کسی کے حکم سے ظہور پذیر ہوئی۔  
اور اس طاقت کا نام بھگو ان ہے۔ اور اگر آپ البتہ بھگو ان سے  
پیار کرنا چاہتے ہیں تو اس کی بنائی ہوئی دنیا اور دنیا میں رہنے  
والے اور موجود سب سے پیار کرو۔ تب ہی آپ بھگو ان کے سچے  
پریمی ہو سکتے ہیں۔

ہندو فلاسفی اور موجودہ سائنس نے بھی ثابت کر دیا ہے  
کہ درختوں۔ پودوں۔ پھولوں وغیرہ میں بھی جان ہے۔ یا دوسرے  
الفاظ میں کہ جیو ہے۔ جو کہ انسان اور حیوان میں ہے۔ فرق صرف

اتنا ہے کہ ایک جیو چیتن ہے۔ دوسرا جڑ۔ اور یہ جیو بھگوان کا  
 انش ہے۔ اس طور یقین رکھتے ہوئے ہمیں ہر انسان جیوان اور  
 جمادات میں بھگوان موجود سمجھنا چاہیے۔ اور ان سے پیار محبت  
 اور ان کی عزت کرنی چاہیے۔ میرا خیال ہے۔ کہ اگر ہم صرف  
 اس عام فہم بات کو جان لیویں۔ تو دنیا میں کوئی تفرقہ نہ رہے  
 ہندو۔ مسلم۔ سکھ اتحاد تو کیا۔ تمام دنیا کے رہنے والوں سے اتحاد  
 ہو جاوے۔ اور کوئی انسان دیگر انسان کا دشمن نہ رہے۔ بلکہ  
 اس میں فرض اولین پیدا ہو۔ کہ ہر انسان اس کا بھائی ہے۔  
 اور بھگوان کا انش جیو اس میں موجود ہے۔ اور دیگر انسان پر  
 جو ظلم یا ازیت پہنچائی جاوے گی۔ وہ خود اپنے پر ہو گی۔  
 اس بات پر عمل کرنے سے انسان کے دل میں محبت اس قدر  
 بھڑک اٹھے گی۔ کہ وہ خود مجسمہ محبت ہو جاوے گا۔ اور دشمنی  
 عناد کا مادہ کا فور ہو جاوے گا۔ جب انسان اس قدر بلند  
 ہو جاوے کہ وہ ہر شے میں بھگوان کو موجود دیکھے۔ اور اس  
 طور اپنے دل کو بھگوان کے پریم میں مشغول کرتا ہو زندگی بسر  
 کرے گا۔ اس کی زندگی ایک مسرت بھری زندگی ہو گی جس میں  
 کبھی فکر تکلیف۔ دکھ۔ افسوس نہ ہو گا۔ اور کہ وہ انسان  
 گناہوں سے بچا رہے گا۔ اور اس کی موجودہ زندگی اور عاقبت  
 سدھر جاوے گی۔ کئی اصحاب خیال کرتے ہیں کہ بھگوان کو کیوں



یاد کریں۔ ہم ان سے کمیوں ناراض نہ رہیں۔ کیونکہ ہم کو عورت نہیں دی۔  
 لڑکا نہیں دیا۔ دھن نہیں دیا۔ اچھے سامان زندگی نہیں دیئے بلکہ  
 اپنی تکلیف اور کمی سے دکھی ہو کر بھگو ان کو کوسنے اور برا بھلا  
 کہنے سے بھی دریغ نہیں کرتے۔ ایسے اصحاب کے لئے یہ جواب  
 کافی ہے۔ کہ کرم فلاسفی کے تحت ہمارے اچھے کرموں کا پھل سکھ  
 اور برے کرموں کا پھل دکھ لازماً اٹھانا پڑتا ہے۔ اور پھیلے جنم  
 کے کرم اور موجودہ جنم کے کرم تمام اکٹھے اثر انداز ہوتے ہیں۔ اس  
 لئے انسان کو ہر حالت میں بھگو ان پر بھروسہ رکھتے ہوئے مصائب  
 زندگی سے گھبرانا نہیں چاہیئے۔ بلکہ تکالیف کو ہمت سے برداشت  
 کر کے ایام خوشی سے گذشت کرنے چاہئیں۔ اور زیادہ اچھا بننا  
 چاہیئے۔

اگر آپ کسی وقت بڑے دکھی ہو جاؤ۔ تو دکھ دور کرنے کا ایک  
 سادہ دھن یہ ہے۔ کہ ایکانت میں بیٹھ کر بھگو ان کے آگے خوب رو  
 کر اپنا دکھ اُسنادو۔ اور صل طلب کرو۔ بھگو ان ضرور دکھ دور  
 کریں گے۔



# باب نمبر ۵

## جوانپن، فراغت اور ڈیوٹی کو خوشی اور بہت کمزور سے انجام دلو

ہمیں چاہیے۔ کہ جو کام ہم نے کرنا ہو۔ اُس کو خوشی سے کریں۔ اور کہ آرام طلبی۔ سستی۔ لاپرواہی کے زیر اثر اس کو سرانجام دینے میں دل شکستہ اور رنجیدہ نہ ہونا چاہیے۔ اور اس طرح اپنی ڈیوٹی کو اپنا اولین فرض اور ضروری جان کر کرنا چاہیے۔ اپنے فراغت اور اکرے اور ڈیوٹی کو سرانجام دینے سے پہلے ہی دل میں پورا خیال اور توجہ اور حوصلہ۔ خواہش۔ خوشی اور یہ بھاء ہونا چاہیے کہ یہ کر کے ہم نے اپنا کرتویہ پائنا ہے۔ اپنا کام وقت پر کرنے اور خوشی سے کرنے سے ایک تو دل کو تکلیف نہیں ہوتی۔ دوسرے کام اچھی طرح سرانجام پاتا ہے۔ اور اس پر دل کو مسرت ہوتی ہے۔ دنیا میں اگر کوئی انسان ڈیوٹی خود کو سرانجام دینے میں کوتاہی اور لاپرواہی کرتا ہے۔ تو وہ کامیاب نہیں ہو سکتا۔ اور اور نہ ترقی پا سکتا ہے۔ ہماری ہر قسم کی ترقی ہمارے محنتی جفاکش اور ڈیوٹی پرور ہونے میں مضمر ہے۔

میں کئی اصحاب کو دیکھتا ہوں۔ وہ بڑے افسر ہیں۔ اور کہ بھگوان کی مہربانی ہے۔ کہ وہ اچھی پوسٹ پر اچھی تنخواہ حاصل کر رہے ہیں۔ مگر اپنا کام اور ڈیوٹی ادا کرنے میں ان کو کئی دفعہ اس قدر رنجیدہ یا ایسی حالت میں پاتا ہوں۔ کہ گویا وہ آنریری طور پر کام کر رہے ہیں۔ یا کہ کام ان کو کیوں کر ناپڑتا ہے۔ اور وہ بھول جاتے ہیں کہ یہ کام جو ان کو کرنا ہے۔ اس کا پھل ہی ان کی تنخواہ ہے۔ اگر وہ کام نہ کریں۔ وہ تنخواہ نہ پائیں گے۔ اس طرح کئی اور اصحاب اپنے کام سے دل چراتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ایک تو کام بگڑ جانے سے دوسرے وقت پر نہ ہونے سے پھر ان کو سخت تکلیف نقصان اور پشیمانی اٹھانی پڑتی ہے۔ کئی لوگ اس وجہ سے اپنا فرض ادا کرنے سے قصور وار ہو جاتے ہیں کہ وہ بغیر کوشش اور مناسب کارکردگی کے دل میں یہ ٹھان لیتے ہیں کہ یہ بڑا مشکل کام ہے۔ مجھ سے ہو ہی نہیں سکے گا۔ حالانکہ دنیا میں کوئی کام مشکل نہیں۔ بشرطیکہ اس کے کرنے کے لئے ہم مناسب حوصلہ اور محنت کا مادہ قائم رکھیں۔ ہر انسان کے لئے یہ لازم ہے کہ خواہ وہ لشریری کام میں ہے یا مزدور ہے۔ یا دوکاندار ہے یا تجارت پیشہ ہے۔ یا کسی کاروبار میں ہے وہ اپنے کام اور ڈیوٹی کو ادا کرنا اس طور ضروری سمجھے۔ جس طرح کہ بھگوان کا نام لینا ہے۔ اور اپنے روزانہ پروگرام کو مرتب کر کے جو کام

جس وقت کرنا ضروری رکھا گیا ہے اس وقت بلا تاخیر تامل اس کو کرنا شروع کرے۔

میرے خیال میں ہندوستان میں غربت کا باعث کچھ حد تک بلکہ زیادہ طور پر ہمارے فضول وقت گزارنے پر ہے۔ لوگ ایسے بھی موجود ہیں جو صرف باتیں کرنی یا سو رہنا یا بیکار بیٹھے رہنا یا حلقہ پینا ہی اپنا کار زندگی بنائے بیٹھے ہیں۔ اور خاص طور پر زیادہ تعداد عورتیں محض گپوں میں ہی اپنا سارا دن گذشت کر رہی ہیں کاش کہ وہ اپنے وقت کی کچھ قیمت ہی جانیں۔ اور اگر بے روزگاری اور کمی حصول مناسب کام کی وجہ سے ان کو بیکار بیٹھنا پڑ رہا ہے۔ تو وہ رفاہ عام کے کام جو کہ تن۔ من۔ وھن پر مشتمل اور کسی ایک سے بھی ہو سکتے ہیں۔ وہ کرنا ہی اپنا فرض اور ڈیوٹی سمجھ کر کام شروع کریں۔ اور ایک بات لازم ہے۔ کہ اپنا فرض اور ڈیوٹی کو خوش اسلوبی سے سرانجام دے کر جس قدر دل کو خوشی اور فائدہ پہنچتا ہے۔ اس طرح کوتاہی۔ لاپرواہی اور ڈیوٹی ادا نہ کرنے سے دکھ اور تکلیف ہوگی۔

# باب نمبر ۹

جو اچھا بیٹا - اچھا باپ - اچھا خاوند اور اچھا  
بھائی ہو۔

ایک عام اصول کی بات ہے کہ ہم کو چاہیئے کہ پہلے اپنے خاندان  
کی بہتری۔ اس کے بعد اپنے رشتہ دار اقارب اور پھر اپنے گاؤں  
قصبہ یا شہر کی اور پھر قوم اور پھر ملک اور پھر تمام دنیا کی بہتری  
کے لئے کوشاں رہیں۔ اس میں بڑے راز کی بات پنہاں ہے اور  
اس اصول کو اس لحاظ سے ہی بتدریج عمل میں لانے سے ہم اصل  
معنوں میں اچھے انسان بن سکتے ہیں۔ جو بھی کام کرنا ہو۔ اس کی  
ابتداء اچھی اور کسی اصول پر مبنی چاہیئے۔ اس لئے جن اصحاب  
کے والدین بھیات ہیں۔ ان کے لئے پہلا اچھا کام یہ ہے کہ اپنے  
والدین سے سچا پریم الہ کی عزت، اُن کی فرمانبرداری، اُن کی  
خدمت اور جتنے المقدور ان کو پورے سکھی بنایا جاوے۔ کوئی  
لفظ بھی منہ سے ایسا نہ نکالو۔ جو اُن کے لئے باعث سرخ یا دکھ



ہو۔ اور اگر غلطی سے آپ کا کوئی فعل ان کے لئے ناپسندیدہ یا باعث تکلیف ہو جائے تو صاف دل سے معافی مانگو۔ آئندہ کے لئے ان سے وعدہ کرو۔ کہ آپ پھر کبھی ایسی غلطی نہ کریں گے۔ اور گھر پر معاملہ میں جو بھی بات کرو۔ وہ حوصلہ سے برداشت سے پریم سے ہو۔ اور اگر کوئی ایسی بات ہے جو آپ کے خیال میں گھر میں کرنی ضروری ہے تو اس بات کو مدد و جوہات زیر غور لایا جائے۔ اور اگر ایشور کی دیا سے اپنے والدین سے زیادہ قابل۔ لائق اور بلند رتبہ ہیں۔ تو آپ کا یہ رتبہ وغیرہ سب کچھ والدین کی ہی بدولت ہے کیونکہ وہ ہی آپ کو جنم دینے والے ہیں اور اس رتبہ اور لیاقت سے ان کو زیادہ خوش کرو۔ دیکھنے میں آیا ہے کہ کئی لوگ اتنے اچھے ہیں کہ عام لوگوں سے ان کا برتاؤ اچھا ہے۔ اور ہر ایک کی عزت کرتے ہیں۔ اگر جہاں تک اپنے والدین کا تعلق ہے۔ ان کی عزت یا ان کی سیدھا کرنے میں غار سمجھتے ہیں۔ اور اس طرح ان کے والدین کو بجا شکایت ان سے ہو سکتی ہے۔ اور یہ سب کچھ اس لئے ہوتا ہے۔ کہ ہم لوگ جھوٹ۔ فریب اور ظاہری کے پروانے ہو چکے ہیں اور اصلیت کی پیروی نہیں کرتے۔ جو انسان اپنے والدین کو خوش اور سکھی نہیں رکھ سکتا۔ وہ خود بھی دنیا میں سکھی نہیں ہو سکتا۔ اور نہ ایسا انسان کسی تعریف کے قابل ہے۔ اور کہ بھگوان کا پیارا بننا تو درکنار وہ دنیاوی ترقی سے بھی محروم رہتا ہے جو انسان اپنے ماتا پتا جیسی نزدیک ترین ہستی کو خوش نہیں رکھ سکتا۔ وہ

بھگوان کو خوش کرنے کے لئے کیسے کامیاب ہو سکتا ہے۔ اس طرح اگر ہم صاحب اولاد ہیں۔ تو ہمارا فرض ہے۔ کہ ہم اپنی اولاد کی بہتری کے لئے مناسب کوشش کریں۔ ان کو مناسب تعلیم۔ اچھی سوسائٹی۔ اچھے خیالات سے باریاب کر کے ان کو اچھا شہری بنائیں۔ اور ہر باپ کو چاہیئے۔ کہ وہ اپنی اولاد کے لئے بلند خیال رکھے۔ اور دل میں ٹھان لیوے کہ اس کا لڑکا بڑا انسان بنے گا۔ دلنش بھگت ہوگا۔ سچا ہوگا۔ ملک کی بہتری کرے گا۔ نیک کمائی کر کے گھر کو بہشت بنا دیگا۔ اور اس طرح ہمیشہ اپنے بچوں کے عزم نیک اور اعلیٰ بنانے چاہیئے اور والدین کی طرف سے بچپن سے بچوں کی مناسب دیکھ بھال لازماً ان کی ترقی کا باعث ہوگی۔ بچوں کو پریم سے نیک بد اثرات سمجھا کر ان کو اچھی بات کے لئے قائل کرنا چاہیئے۔ ہمیشہ بچوں کے ساتھ یہ بات کرتے وقت خیال رکھو۔ کہ آپ اس عمر میں کیا چاہتے تھے اور اور کس طرح خوش رہ سکتے تھے۔ ایسی محبت رکھو۔ کہ وہ دوڑتے آپ کے بغلیگر ہو جاویں۔ اور آپ کو ہوا جان کر آپ سے بھاگتے نہ کہیں۔

عورت کے دوسرے نام اردھنگی۔ استری۔ گھر کا وزیر۔ لکشمی وغیرہ ہیں۔ ایک اچھا خاوند ہے جس کا انتہائی پریم اپنی عورت سے ہے۔ جو اپنی عورت کے سوائے دیگر عورت کو اپنی ماں بہن کی نظر سے دیکھے۔ کوئی بات اس سے چھپائی نہ جاوے۔ ہر معاملہ میں اس کی رائے اس کے کام کی

تعاریف اس کی غلطی کو غصہ سے نہیں۔ بلکہ پریم سے دور کر دیا جائے  
 اگر آپ بچے پریمی ہیں۔ تو آپ اپنی عورت کو فوراً ہر اچھے کام کی طرف  
 مائل کر سکو گے۔ زندگی کے تمام روزمرہ حالات اور واقعات اور ملک  
 کے ضروری امور سے اس کو بہرہ ور رکھو۔ جس گھر میں عورتیں خوش  
 ہیں اور نیک ہیں وہاں سکھ کی دیوی مہاکیشمی کا نواس ہوتا ہے  
 اپنے خیالات سے۔ مشاہدات سے اور فائدے نقصان بنا کر ان  
 کو ہمیشہ سادہ رہنے کی تلقین کرو۔ اور اپنے گھریلو کاروبار میں مشغول  
 رہنا بھگو ان کی یاد کرنا موجودہ زمانے کی فیشن پرستی اور بیجا آزادی  
 سے نفرت کرنا اور اگر تعلیم یافتہ ہو۔ تو فرصت کے وقت اچھی  
 کتابیں مطالعہ کرے۔ اور اگر ناخواندہ ہو۔ تو خود اچھی کتابیں پڑھ  
 کر سناؤ۔ دنیا میں سکھ اور دکھ اپنا ہی پیدا کردہ ہے۔ ایک بات  
 اگر ایک زاویہ نگاہ سے دیکھو۔ تو وہ سکھ کا کارن ہوگی۔ اور اگر  
 دیگر زاویہ نگاہ سے دیکھو تو دکھ کا کارن۔ اس لئے اگر ہم سچائی کو  
 مد نظر رکھ کر عقل اور دانشمندی کو زیر کار رکھیں۔ تو ہمیشہ سکھی رہ سکتے  
 ہیں۔ اور اگر خواہشات کا شکار ہو کر دل کو قابو میں نہ رکھیں۔ تو بے حد  
 دکھی ہو جاتے ہیں۔ آدمیوں کے مقابلہ میں عورتیں زیادہ ذہین سمجھدار  
 اور نیک ہوتی ہیں۔ اور اچھائی کا مادہ بمقابلہ آدمیوں کے ان میں  
 زیادہ ہوتا ہے۔ اگر ایک خاوند سچا پریمی ہے۔ تو اس کی عورت کے  
 لئے وہی بہشت ہے۔ اور پھر اگر مردوں میں اچھا انسان بننے

کی ٹھان لیں۔ اور ابتداء اپنے گھر سے کریں۔ کہ گھر میں ہر ایک فرد بشر کو سکھی کریں گے۔ تو یقین جانو آپ سو فیصدی کامیاب ہو گئے۔ خاوند اور عورت ایک ایک دو گیارہ نہیں۔ بلکہ ایک سو گیارہ سمجھو۔ اچھا بھائی اگر ہم نہیں۔ تو پھر ہم دنیا کے رہنے والوں کے لئے کیا اچھا ہو سکتے ہیں۔ اس لئے ضرور ہی ہے کہ اپنے بھائی سے ایک جان ہوں۔ دکھ درد میں شریک اور کہ بھائی کو فخر ہو۔ اس کا دوسرا بھائی ہے۔ اتفاق محبت اور عزت موجود ہو۔ پھر ہم کو حق ہے۔ کہ ہم کنبہ کے باہر دیگر سے اچھا برتاؤ اور اچھے انسان کے طور پر کاروائی کریں۔

اگر آپ اس باب میں دیئے صفات حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ تو مندرجہ ذیل طریقہ کار عمل میں لائیں۔ اس کا جاو کا اثر ہوگا۔

(۱) تمام کنبہ کے افراد کیلئے یکساں کھانا تیار کیا جاوے اور جہاں تک ممکن ہو تمام افراد بیک وقت کھانا کھائیں۔ یا گروپوں میں یعنی پہلے بچے پھر مرد اور پھر عورتیں۔

(۲) گھر کا فنڈ مشترک ہو۔ روزانہ آمدن اور خرچ لکھا جاوے۔ یہاں تک کہ تمام افراد کے علم میں موجودگی میں رات کو سونے سے پہلے اکٹھے بیٹھ کر حساب لکھا جاوے اور دن کی نسبت یا دوسرے دن کے لئے کاروبار وغیرہ کی بات چیت کی جائے۔

(۳) ہر روز صبح شام سورج نکلنے کے پہلے اور سورج غروب ہونے کے بعد تمام افراد اکٹھے ہو کر کھگوان کا نام لیں اور بہتر بننے کا وعدہ کیا جائے۔

# باب نمبر ۱

## جو سچا ہو۔

سچائی ایک بڑی صفت ہے جو لوگ سچے ہیں۔ اُن کی بڑی قدر منزلت اور عزت ہوتی ہے۔ چونکہ وہ ایک اعلیٰ صفت کے مالک ہوتے ہیں اس لئے اُن کی ضمیر ہمیشہ ان کو خوشیاد کہتی رہتی ہے۔

سچائی کا دوسرا نام اصلیت ہے یعنی جو بات معاملہ۔ حالات اصل میں ہیں۔ اُن کا اسی طرح بیان کرنا سچائی ہے۔ دنیاوی زندگی والوں کو روزمرہ بہت سی باتیں کرنی پڑتی ہیں۔ اور چونکہ ہمارے الفاظ ہی سے ہر ایک کام کی ابتداء ہوتی ہے۔ اس لئے ہم اگر منہ سے سچے الفاظ استعمال کرنے شروع کریں۔ تو ہمارے لئے بھی یہ آسان ہو جائے گا کہ فریقِ ثانی فوراً اُن پر مناسب کاروائی شروع کر دیگا۔ اور اگر ہم سچے نہیں ہیں۔ تو ضرور مخاطب شخص پہلے آپ کے الفاظ یا معاملہ میں شبہ رکھتا ہوا اپنے آپ کو اصلیت پر پہنچانے کی کوشش کرے گا۔ اور پھر عمل پیرا ہوگا۔

سچے آدمی پر ہر ایک انسان یقین کرتا ہے۔ اس کے ساتھ ہر معاہدہ



یا کاروبار کرنے کے لئے تیار ہو جاتا ہے۔ اُس کی بات پر عمل شروع ہو جاتا ہے۔ اور اس طرح سچائی ترقی کا باعث ہو جاتی ہے۔ مگر اس کے مقابلہ میں جھوٹا شخص اگر سچ بھی بولے تو اُس پر یقین نہیں ہوتا۔ اور کوئی آدمی اس پر اعتبار نہیں کرتا۔ اس کا مٹولی اڑایا جاتا ہے۔ اور خود اس کو کئی معاملات میں اس قدر شہمانی اٹھانی پڑتی ہے۔ کہ اس سے موت بہتر ہے۔ سوال پیدا ہوتا ہے۔ کہ اگر سچائی اتنی اچھی چیز ہے۔ تو اُس کو چھوڑ کر کیوں جھوٹ کا استعمال کرنے کے لئے لوگ راغب ہیں۔ یا ہو جاتے ہیں۔ وہ اچھی چیز کے مقابلہ میں بُری کو کیوں ترجیح دیتے ہیں۔ اس کا جواب ہے کہ محض لالچ کی خاطر یا کسی فائدہ کو مد نظر رکھ کر یا کوئی ناجائز خیال بھڑکانے کے ارادہ سے یا محض اپنی لافانی کے لئے یا بڑھائی کے لئے جھوٹ کو استعمال کیا جاتا ہے۔ مگر کیا یہ مقاصد پورے ہو جاتے ہیں۔ میں کہوں گا کہ ہرگز نہیں۔ بلکہ جھوٹ کی بنا پر اصل کیا بُرا فائدہ اور دیگر باتیں دیر پا نہیں ہو سکتیں۔ بلکہ خود فائدہ حاصل کرنے والا بعد میں پچھتا تا ہے۔ کہ میں نے کیوں یہ کہا۔ اور اگر دل کو بدلانے کے لئے کچھ عارضی فائدہ جھوٹے شخص کو مل بھی جاوے۔ تو وہ فائدہ اسی بدعت میں پھنساوے گا۔ جس سے اُس کے مقابلہ میں نقصان زیادہ ہوگا۔ اس لئے ہر انسان کو چاہیئے۔ کہ وہ جھوٹ سے تو بہ کرے۔ اُسے ایک گناہِ عظیم سمجھے اور اس کو جڑ سے اڑکھیر دیوے جھوٹ سے بچنے کے لئے طریقہ یہ ہے۔ مصمم ارادہ دل سے کر لو۔ کہ اب

کسی صورت میں بھی جھوٹ نہ بولا جاؤ لیگا۔ اور اپنی ہر تقریر بات یا گفتگو کے بعد اپنے آپ کو ٹٹولتے جاؤ۔ کہ کوئی جھوٹ بات تو مٹنے سے نہیں نکلتی۔ اسی طرح شام کو اپنے سارے دن کی گفتگو کو زیر غور لاؤ۔ اور دیکھو۔ کیا کیا غلطی ہوئی۔ اور پھر دل میں وعدہ کرو۔ کہ اب آئندہ غلطی نہ ہوگی۔ پریکٹس جاری رکھو۔ چند دنوں میں ہی اس طریقہ سے آپ سچے انسان بن جاؤ گے۔ اور آپ یقین رکھو۔ کہ سچا آدمی مقابلتا جھوٹے اشخاص کے زیادہ ترقی کرتا ہے۔ اور خوشحال اور ہر دلعزیز ہو جاتا ہے۔

# باب نمبر ۱۱

## غلطی کے بعد فوراً غلطی کو تسلیم کرے

انگریزی میں ایک فقرہ ہے **TO ERR IS HUMAN** جس کے معنی ہیں کہ انسان غلطیوں کا پتلا ہے۔

مگر جو انسان غلطی کر کے اپنی غلطی کو مانتا ہے۔ اور اس پر پکھتا رہتا ہے وہ فرشتہ ہے اور جو باوجود غلطی کے اس کو غلطی نہیں مانتا۔ وہ شیطان ہے۔ ہمارے لئے ضروری بات تو یہ ہے کہ ہم ہر کام ہر بات اس طور سوچ سمجھ کر کریں۔ کہ اس میں کسی قسم کی غلطی نہ ہو جاوے اور اگر غلطی ہو گئی ہے تو اس کو ماننا گویا کہ اس کا احساس دل میں لانا ہے۔ اور جو آدمی اچھا بننا چاہتا ہے۔ اس کو فوراً وہ غلطی مان کر دل میں لادہ کر لینا چاہیے کہ آئندہ ایسی احتیاط ہوگی۔ کہ یہ غلطی سرزد نہ ہونے دیں گے۔ گویا کہ غلطی کا ماننا ہمارے لئے ایک خاص اثر رکھے گا۔ اور بہتر دنیا کی طرف لے جائیگا۔ ہماری زندگی میں کئی قسم کی غلطیاں ہو جاتی ہیں۔ بعض تو ایسی ہیں۔ جن کو لفظ **BLUNDER** بلکہ گناہ سے پکارا جائے۔ مثلاً کسی دیگر شخص کی بلا وجہ اور ذاتی بے عزتی کرنا۔

کسی سے جبراً کوئی چیز چھین لینا کسی کو اس کے جائز حق سے روکنا۔ راستہ کوئی ایسا فعل کرنا جس سے دیگر کو رنج ہو۔ وغیرہ وغیرہ۔ ایسی غلطیوں کے لئے تو غلطی ہو جانے کے بعد یہ لازم ہے کہ غلطی کرنے والا اپنی غلطی کو تسلیم کر کے معافی کا خواہاں ہو۔ بلکہ ساتھ ہی وہ وجہ جس کی وجہ سے غلطی ہو گئی۔ وہ مانند ملزم عاجزی سے بیان کر کے آئندہ کے لئے احتیاط رہنے کا وعدہ کرے اور ناجائز طور حاصل کردہ فائدہ واپس کرے۔ بعض غلطیاں ایسی ہوتی ہیں جن کو دیکھنے والا کوئی دیگر سولے جھگوان نہیں ہوتا۔ وہ صرف دل و ضمیر سے تعلق رکھتی ہیں مثلاً راستہ چلتے کسی کی خوبصورتی یا حسن سے ناجائز طور پر متاثر ہونا اور کسی کو دیکھ کر رنجیدہ ہونا یا کسی کے لئے نفرت دل میں لانا وغیرہ وغیرہ۔ ایسی غلطیوں کے لئے خود اپنے آپ سے یا جھگوان سے معافی مانگ کر اپنے دل کو ایسی غلطی دوبارہ نہ کرنے پر پابند کرنا چاہیے۔

اور کہ بعض غلطیاں محض ایٹیکٹ ETIQUETTE غلطیاں ہوتی ہیں مثلاً بے تکلفی میں نا زبیا۔ اور ناشائستہ الفاظ منہ سے نکالنا یا زیادہ نعرے بولنا۔ ادھکاری شخص کی اجازت کے بغیر نہ لانا یا بلا اجازت مناسب مجلس سے چلے جانا۔ وغیرہ وغیرہ۔ ان کے لئے ہمیشہ اسی وقت معافی کے خواہاں ہوتے ہوئے اظہارِ افسوس کرنا چاہیے۔ اگر ایک انسان کچھ عرصہ کے لئے اپنے آپ کو اس ضبط میں رکھ کر پریکٹس کرے۔ کہ اس نے اب کوئی غلطی نہیں کرنی ہے۔

اور صبح اٹھتے ہی وہ دل میں ارادہ کر لیتے۔ کہ آج سارا دن کوئی غلطی نہ کرے گا۔ اور شام کے وقت اپنے سارے دن کے کاموں پر نگاہ ڈالے۔ اور غلطی کو غلطی جان کر پھر بہتر بننے کا ارادہ کر لیتے تو چند دن میں ہی وہ اچھا انسان بن جائے گا۔ اور تمام لوگ اس کی قدر منزلت کریں گے۔ اس سے بہتر کریں گے۔ اس کے دوست بننے کے خواہشمند ہوں گے۔

---



# باب نمبر ۱۲

## جو الفاظ شستہ کا استعمال کرے

ہم کتنے اچھے ہوں۔ خواہ کتنے بہتر اوصاف کے مالک ہوں۔ اور اس طرح اس قابل ہوں۔ کہ دیگر اس سے فائدہ اٹھائیں۔ یا مناسب قدر کریں۔ لیکن اگر ہمارے منہ سے نکلے ہوئے کلمات شستہ نہیں۔ تو سمجھ لو۔ کہ آپ دیگر کی نگاہ میں کچھ بھی نہیں۔ بلکہ نفرت کا قائل ہو۔ ہمارے منہ سے نکلے ہوئے الفاظ ہی عام طور پر ایسے ہوتے ہیں۔ جن سے دیگر ہماری قابلیت۔ عقل۔ دماغ کا اندازہ لگاتے ہیں۔ اس لئے جو انسان اچھا بننا چاہے اس کے لئے لازم ہے۔ کہ وہ بولنے سے پہلے سوچ لیوے۔ کہ آیا وہ جو کچھ منہ سے نکالنے لگا ہے درست ہے۔ ہمیشہ کم بولنے اور زیادہ سننے کے عادی بنو۔ اور بڑی ضروری بات یہ ہے۔ کہ ہمیشہ اچھے الفاظ جن سے سامع کی تعریف اور IMPORTANCE عزت اور ادب پایا جاوے بولنے چاہیئے اور اگر منہ سے گالی یا بے عزتی کرنے والے الفاظ نکالنے کی عادت ہے تو دل سے تہیہ کر لو۔ اس عادت بد کا قلع قمع کر کے چھوڑیں گے اور

ہر ممکن احتیاط شروع کی جاوے۔ بعض دفعہ عادی الفاظ اپنی بے عزتی کا باعث بن جاتے ہیں۔ اور وجہ عداوت نفرت لڑائی اور رسوائی ہو جاتے ہیں۔ یہ خیال رکھنا چاہیے کہ ہر ایک شخص خواہ وہ آپ کا ملازم بھنگی یا معمولی شخص ہو۔ اس کو عزت سے بلایا جائے پھر دیکھو۔ اس کا کیا اثر ہو جاتا ہے۔ وہ دوگنا اچھا کام کرے گا۔ اور ہمیشہ ہمدرد بنا رہیگا۔ اگر آپ کو گالی یا بدکلامی یا سخت الفاظ استعمال کرنے کی عادت ہے تو اس کا یہ اثر ہوگا۔ کہ کوئی شخص نوکر ہو یا دیگر آپ کو دل سے نہ چاہے گا اور آپ سے بھاگنے کی کوشش کرے گا۔

مندرجہ ذیل چند امور کی پیروی اس میں فائدہ مند ہوگی۔

- (۱) ہمیشہ بولنے سے پہلے سوچ لو۔ کہ آپ کے الفاظ درست ہیں۔
- (۲) زیادہ گفتگو یا COMMON TALK نہیں کرنی چاہیے۔ (۳) گپ اور چھوٹی بات کبھی نہ بولی جائے۔ اور اگر کسی سے سنی ہو۔ تو مت دہرائے۔
- (۴) جس کسی سے ہم کلام ہو۔ اس کی طرف پوری توجہ مسکراہٹ اور خوش خلقی سے۔ (۵) گفتگو میں غصہ کو کبھی نہ آنے دیجئے۔ (۶) ہر دیگر شخص میں INTERESTED محسوس کر کے اس سے گفتگو کرو۔
- (۷) گفتگو سے ہمدردانہ جذبہ کا اظہار ہو۔ (۸) کبھی کسی کو نہ کہو۔ کہ تم نے غلطی کی ہے۔ بلکہ اس امر کو اسطور کہو۔ کہ آپ خود ایسی غلطی کیا کرتے تھے۔ اور ایسی غلطی ہو سکتی ہے۔ بگر ٹھیک رہنا چاہیے \*

# باب نمبر ۱۳

## جو نکتہ چین نہ ہو۔

نکتہ چین وہ ہے۔ جو دوسرے کے کام میں غلطیاں ظاہر کرے جو دوسروں کو DISCOURAGE کرے۔ جو FIND FAULT کرے۔ جو اس بات میں تکا ہو۔ کہ بجائے تعریف کے نقائص ہی دکھائے جاویں وغیرہ وغیرہ۔

نکتہ چین جو بھی ہو۔ اسے ہر دوست۔ آشنا واقف۔ رشتہ دار نفرت کی نگاہ سے دیکھتا ہے۔ اس سے محبت کرنی تو درکنار اس کو ہر کوئی SHUN یا AVOID کرنا چاہتا ہے۔ چونکہ قدرت نے ہر ایک شخص کو دماغ عقل عطا کیا ہے اگرچہ کسی کو زیادہ اور کسی کو کم اور ہر انسان لازماً اپنے آپ کو ہر دوسرے سے بہتر سمجھتا ہے اور ہر وقت اس کے دل کی گہرائیاں خرابان رہتی ہیں کہ وہ IMPORTANT بنے۔ اور چونکہ نکتہ چین شخص کی نکتہ چینی باعث CHALLENGE اس کی عقل ہو جاتی ہے اس لئے کوئی وہ شخص جس کو نکتہ چینی کی جادے۔ دل سے برا منائے بغیر نہیں رہتا۔ اگرچہ سمجھدار اصحاب ایسا احساس نمودار نہیں ہونے دیتے۔ اور کہ باوجود کہ کوئی نکتہ چینی درست بھی ہو۔ وہ اچھا اثر نہیں رکھتی۔

ہر انسان جو اچھا بننا چاہتا ہے اسکو چاہیے کہ نکتہ چینی کی عادت چھوڑ دے اور ہر بات میں محتاط رہے کہ یہ دوسرے کے لئے باعث تکلیف تو نہیں کہی لوگ ایسے ہیں جو محض اپنی بڑھائی جتانے کے لئے یا محض یہ دکھانے کے لئے کہ ان کا رعب یا بہادری یا اثر اس قدر ہے کہ کوئی شخص ان کے سامنے بولی نہیں سکتا۔ اور اس قابل مذمت ارادے کے تحت وہ کسی دوسرے کو عوام میں نکتہ چینی کا شکار بنا دیتے ہیں جس کا اثر یہ ہوتا ہے کہ اگرچہ شکار شدہ شخص اس وقت خاموش رہتا ہے مگر ہمیشہ کے لئے نفرت اور دشمنی تک اس کے متعلق اس کے دل میں سما جاتی ہے گو یا کہ نکتہ چینی نے خواہ مخواہ کسی کو دکھ دینے اور دوستی کی جگہ دشمنی خریدنے کا سودا کر دیا۔ جو باعث نقصان ہوتا ہے۔

- مندرجہ ذیل طریقہ پر کار عمل ہونے سے آپ نکتہ چینی کی بیماری سے بچ سکتے ہیں
- (۱) جب کبھی کسی سے گفتگو یا ملاقات کرو۔ محبت کا اظہار اور مسکراہٹ سے پیش آؤ۔
  - (۲) برے سے برے شخص میں بھی کوئی بات تعریف والی ہوتی ہے۔ اس لئے تعریف پہلے کرو۔ اور پھر خود اپنے آپ کی یا اور کسی کی مثال دیکر کہو۔ کہ اُس میں فلاں نقص یا بد عادت تھی جو اس طور قدر ہو سکتی ہے۔
  - (۳) کسی کے کام یا بات میں دخل نہ دو۔ (۴) خود بخود کسی کے معاملہ میں رائے زنی شروع نہ کرو۔
  - (۵) ہنسیہ خیال رکھو کہ محبت دیریم سے ادنیٰ مزاجی تعریف کے بعد اگر کسی کو آپ کوئی بات کرنے یا نہ کرنے کیلئے کہیں گے۔ تو اس پر سو فیصدی کامیابی ہوگی۔
  - (۶) ہر ایک کام اور بات کو کرنے والے کے سٹینڈرڈ سے JUDGE کرو۔ ♦

# باب نمبر ۱۲

## جو دوسرے کے لئے ہر ممکن فائدے مند ہو

اچھے انسان ہمیشہ دوسروں کی بھلائی اور بہتری کا خیال رکھتے ہیں انہیں اپنے فائدے سے پہلے دوسروں کے فائدے کا زیادہ خیال ہوتا ہے وہ ہمیشہ اس بات کو مد نظر رکھتے ہیں کہ آیا فلاں کام کی وجہ سے ہمارا اگر فائدہ ہے تو دوسروں کا نقصان تو نہیں۔

جو انسان اپنے فائدے کے لئے دوسروں کے لئے باعث نقصان ہو جاتا ہے وہ اچھا انسان نہیں۔ بلکہ ہمیں ہر وقت کام کرتے۔ راستہ چلتے سیر کرتے۔ کھانا کھاتے خیال ہونا چاہیے کہ ہم دیگران کے لئے کس طور اور کیا کر کے فائدہ مند ثابت ہوں۔ اور اس خیال کے زیر اثر ہمیں ہر ایک انسان جس سے ہمیں واسطہ پڑے۔ اُس سے خوشی اور پریم سے مل کر حتیٰ المقدور تن۔ من۔ دھن سے اُس کی سیوا کرنی چاہیے۔ اور یہ اس طبع کیا جاسکتا ہے۔

(۱) ہم گھر سے سیر کو نکلے ہیں۔ خیال رکھا جاوے کہ ہمارے پاؤں کی ٹھوکری کسی کو نہ لگ جاوے۔ راستہ میں دیگر جانب سے اگر کوئی



آپ سے بات کرے تو ذل لگا کر سنو اور مناسب جواب دو۔

(۲) آپ گھر بیٹھے ہوئے ہیں۔ خیال رکھو کہ آپ کی موجودگی کسی ممبر کنبہ کے لئے باعث تکلیف تو نہیں۔ اور اگر ہے تو کیا وجہ ہے آپ میں کیا نقص ہے اسے دور کیا جاوے۔ اور گھر میں ہر ایک سے محبت کے لہجہ میں گفتگو کرو۔ اور دیگر ممبر اگر کسی تکلیف میں ہے تو اس کا فوراً حل ٹھونڈو۔

(۳) راستہ چلتے یا بیٹھے ہوئے کوئی شخص خیرات مانگنے آجاتا ہے اس کو غصہ سے پیش نہ آؤ۔ بلکہ عزت سے پیش آؤ۔ اور اگر کچھ پاس ہے تو دیدو۔ ورنہ اسے پریم سے کہہ دو۔ کہ وہ اور کسی جگہ سے مانگ لیدے۔ مگر ایک بات اس سلسلہ میں ضروری عرض کر

دینا چاہتا ہوں۔ جو کہ بندہ نے ایک مہمان جی سے سنی ہوئی ہے۔ اور وہ یہ کہ ہر مانگنے والے کو ہدایت کرو۔ کہ وہ نقد نہ مانگے۔ بلکہ بوقت کھانا گھروں سے ایک یا آدھ روٹی فی گھر مانگ کر اپنی ضرورت کا کھانا حاصل کیا کرے۔ اور کوشش کرو۔ کہ خود بھی مانگنے والے کو کھانا دیکر سامنے ہی کھلا دیا جائے یہ اصل مہینہ ہے۔ کیونکہ نقدی مانگ کر

ایک شخص جو کہ شراب۔ بر معاشی کر سکتا ہے۔ مگر روٹی کھلائی جائے تو ایسا کوئی معاملہ نہیں ہو سکتا ہے۔ اور کہ اچھے پرش جو آپ کے پاس بطور اتھنی یا مانگت آویں۔ ان کے لئے آپ کو خیال ہونا چاہیے۔ کہ وہ مانگنے نہیں آ رہے ہیں بلکہ اپنا حق حاصل کرنے آ رہے ہیں کیونکہ اچھے پرش دنیا کی بہتر جگہ کے لئے بھگو ان کی یاد اور تپ تپسیا کرتے

ہیں۔ جس کے عوض زندگی کو قائم رکھنے کے لئے اُن کو کھانا یا کپڑے کی ضرورت لازماً ہوتی ہے۔

(۴) آپ اپنے روزانہ کام میں مصروف ہوں۔ تو بھی خیال رکھو کہ اس دیگران کا نقصان تو نہیں۔ اور اگر ہمارا کوئی کام باعث نقصان دیگران ہے تو۔۔۔ شتثناء خاص حالات وہ ہرگز نہیں کرنا چاہیئے۔ ایک زمیندار کو زمین بھگونے کے لئے پانی درکار ہے اور وہ نہر کے کھال کو اپنے کھیت پر بلا تشل پر ہی لٹکا دیتا ہے۔ حالانکہ ساتھ ہی دیگر زمیندار ایسے ہوں کہ جن کا فصل خشک ہو رہا ہو اور اگر وہی پانی اس روٹاؤ کو مل جائے تو کھیت ہر اکھرا رہ سکے۔ ایسے حالات میں انسانیت کیا تقاضا کرتی۔

(۵) ہم چار آدمی اکٹھے کوئی کام کرتے ہیں۔ تو ہم ہر ایک کے دل میں یہ خیال چاہیئے۔ کہ ہم اپنی فکلی کام عود کریں۔ بلکہ ہو سکے۔ تو دیگر کسی کی بھی مدد کریں۔ یہ خیال نہیں ہونا چاہیئے۔ کہ خود کام سے پہلو ہتی کریں اور سست رہیں۔ اور چاہیں کہ دیگران کر دیں گے۔

(۶) ہم ایک لاری پر سوار ہو کر کہیں جانا چاہتے ہیں اور سوار ہو گئے ہیں۔ اس اثناء میں کوئی عورتیں یا ایسے اشخاص جن کو اس وقت اور اسی لاری پر جا کر کہیں پہنچنا ہمارے مقابلہ میں زیادہ ضرور کا ہے۔ تو ہم کو چاہیئے کہ خود لاری سے اتر کر ان کو کہیں۔ کہ وہ سوار ہو جائیں۔ اور آپ بعد میں چلے جائیں +

# باب نمبر ۱۵

جس کا کام سہرت الیسی ہو۔ کہ دوسرا کی پیروی کرنا چاہیے

جو انسان اچھا ہے اس کو تمام اچھے کہیں گے۔ اور ہر ایک کی خوش  
 ہوگی۔ کہ جو اوصاف اس میں ہیں وہ اپنے میں بھی پیدا کئے جاویں اور  
 اس طرح اس کا ہر ایک کام اور ہر ایک بات قابل تقلید ہو جاتی ہے۔  
 اور وہ خود اپنے لئے ہی نہیں۔ بلکہ تمام کے لئے فائدہ مند ثابت ہوتا  
 ہے۔ اور انسانیت اور سوسائٹی کے لئے ایسا شخص ایک نعمت ہوتا ہے۔  
 اچھے اور برے آدمی میں بڑا فرق یہ ہے کہ اچھے آدمی کو تمام دوسری  
 دنیا پسند کرتی ہے۔ اور وہ تمام دیگر ان کے لئے فائدہ مند ہے۔ مگر برے  
 آدمی کو صرف برے ہی پسند کرتے ہیں۔ اور کہ وہ دنیا کے لئے نقصان دہ  
 ہوتا ہے۔ جیسا ایک چور بد معاش آدمی ہے۔ اس کو چور اور بد معاش  
 ہی اچھا کہیں گے۔ مگر اچھے انسان کے لئے ہر دوسرا بھائی ہے اور وہ ہر  
 دوسرے کا سرتاج ہے۔

بیرونی حکومت نے ہندوستان کا تہذیب تمدن تقریباً ختم کر دیا  
 ہے۔ اور دنیا بھر کے لوگوں اور مذہبوں کے لئے جو ملک کبھی باعث تقلید

اور فخر تھا۔ آج وہ اُن کے مقابلہ میں کم تر ہو گیا ہے۔ مگر سچ اور اصلیت کا ناش نہیں ہو سکتا۔ اب بھی ہندوستان میں وہ اعلیٰ استیثیاں موجود ہیں اور آگے بھی پیدا ہوں گی۔ جن کی مثال دیگر ممالک میں نہیں ہے۔ ماننا کہ زیادہ تعداد ہندوستانی اس وقت جاہل گمراہ اور شکار بناوٹ ہیں۔ مگر اب بھگو ان کی دیا سے وقت آگیا ہے۔ کہ سابقہ عروج پھر جلد حاصل ہو گا۔ اور ہم لوگ اچھے بن کر خود اپنی بہتری اور تمام دنیا کی بہتری کر سکیں گے۔ ہندو مذہب صرف مذہب نہیں بلکہ دھرم ہے اور کہ اس میں تمام دنیا کے لوگوں کے لئے خواہ وہ سفید ہوں یا کالے۔ یورپین۔ ایشین کسی ملک کے ہوں۔ یکساںگی اور پریم سکھاتا ہے اور کہ دین دنیا کی ہر مذہبی فلاسفی کا منبہ اور تمام دنیا کے لئے ہیں بشرطیکہ ہم کو ان کا درست علم ہو۔ اور اس پر گامزن ہوں۔ پھر دیکھو کہ آپ انسان کو تو دلتا ہر شے سے پریم محبت کر دے۔ اور مادہ نفرت موجود نہ ہو گا۔

اچھا انسان نیک کمائی کرتا ہے کسی سے دغا فریب نہیں کرتا چاہتا اپنا کام اور ڈیوٹی خوشی اور محبت سے کرتا ہے۔ سستی نہیں رکھتا۔ ہر ایک سے محبت اور سچا پریم کرتا ہے۔ الیٹور کا ڈراما کو ہر وقت لگاوتا ہے۔ برے کام نہیں کرتا۔ تمام دنیا کی بہتری چاہتا ہے۔ ہر ایک کے لئے ہر ممکن فائدہ مند بننا چاہتا ہے۔ کسی کو ستاتا نہیں۔ وغیرہ وغیرہ +

# باب نمبر ۱۶

## جو خندہ پیشانی سے دیگر اشخاص سے ملے۔

اگر آپ اچھا انسان بننا چاہتے ہو۔ تو ایک بڑی صفت یہ بھی اپنے میں پیدا کرو۔ کہ جس کسی کو ملو۔ یا ملنے کا اتفاق ہو۔ یا جو کوئی آپ کے پاس کسی کام یا ملاقات کے لئے آئے۔ اس سے خندہ پیشانی سے یعنی خوشی سے مسکراہٹ سے یا کم از کم اس میں INTERESTE ہو کر ملو۔ اگرچہ کہنے کو تو یہ معمولی بات نظر آتی ہے مگر اس کا PSYCHOLOGICAL بہت اچھا اثر پڑتا ہے۔ اور جادو کا اثر سمجھو۔ دیگر شخص آپ کا مطیع ہو جاوے گا۔ آپ کے لئے اچھے تاثرات اور خیالات بیکر جائیگا۔ اور ساتھ ہی وہ بے تکلف ہو کر اپنی پوری کہانی کہہ سکیگا۔ اگر ہم کچھ دن اپنے آپ کو اس صفت کے فائدے تسلیم کرتے ہوئے معمولی عظم کریں۔ تو چند دن میں ہی ہماری عادت بچت ہو جاوے گی۔ اور یہ صفت ہمیشہ کے لئے ہم میں پیدا ہو جاوے گی۔ صرف معمولی کنٹرول ضروری ہے۔ بعض اوقات ایسی بات ہوتی ہے کہ ہم خانگی امور کی وجہ سے کسی اور دیگر معاملہ سے پشیمان ہوئے ہوتے ہیں۔ اور بدلے چاہیں اور بے اس ہوتا



ہے۔ اور ایسی حالت میں ہمیں کسی دیگر شخص سے جو کہ ہماری اس وقت کی حالت کو نہیں جانتا ملنے کا اتفاق ہوتا ہے ایسی حالت میں رنجیدہ ہونے کے باعث ہم کو اپنے آپ کو کنٹرول میں لانے اور دل افسردگی کو چھپا کر دیگر سے خندہ پیشانی سے پیش آنا مشکل ہو جاتا ہے۔ مگر اس صفت کو پانے کے لئے انسان کا پاس یہی ہے۔ کہ آپ دیگر کے ساتھ پھر اس طریقہ سے ملیں۔ یا گفتگو کریں۔ جس طرح کہ آپ سکون کی حالت میں ملتے۔ جو انسان اپنے آپ کو اس طور ضبط اور کنٹرول کر لیتا ہے۔ وہ ہر دیگر کا دوست اور دنیاوی ترقی میں سب سے آگے بڑھ جاتا ہے۔ دوسرے لوگ جو اس صفت کے مالک نہیں بنتے۔ ان کو کئی معاملات میں نقصان اٹھانا پڑتا ہے اور خواہ مخواہ کئی اشخاص کی دوستی سے محروم بلکہ دیگر کے لئے دلی آزاری اور خود اپنے لئے پشیمانی حاصل کر لیتے ہیں۔ جس کا چارہ کار بعد میں نہیں ہو سکتا۔ اس لئے دل میں پختہ ارادہ کر لو۔ کہ اپنے گھر میں ہر شخص سے ہم نے ابتداء گفتگو خوش طبیعت سے کرنی ہے۔ اور غصہ۔ تیوڑی اور تمذہب کو کبھی پاس نہیں کھٹکنے دینا ہے +

# باب نمبر ۱

اس کا کوئی فعل۔ کوئی لفظ دیگر کیلئے باعثِ شجاعت ہو

اچھا انسان وہ ہے جو کام کرنے سے پہلے اس بات کا خیال رکھے کہ اس سے دیگر کو کوئی رنج تکلیف یا دل آزاری نہ ہو۔ اور کہ منہ سے کوئی فقرہ یا لفظ نکالنے سے قبل پورے طور پر اندازہ لگا لیوے کہ اس سے دیگر کو کوئی تکلیف نہ ہو۔ اگر ہم اپنی گفتگو کو شائستہ کر لیں اور اس بات کا خیال رکھیں کہ ہم نے COMMON TALK اور گپ سے پرہیز کرنا ہے۔ تو خود بخود آپ کے افعال اور الفاظ اچھے ہو جائیں گے۔ بعض لوگ اس بات پر فخر کرتے ہیں۔ بلکہ اس میں خوشی محسوس کرتے ہیں۔ کہ انہوں نے دیگر کو شکارِ محول بنایا۔ یا ایسی نکتہ چینی اس پر کی کہ دیگر شرمندہ ہو کر رہ گیا۔ ایسے اشخاص دیگر کے لئے باعثِ رنج تکلیف ہوتے ہیں۔ اور بلاوجہ دیگر ان کی نفرت کے خریدار بن جاتے ہیں۔ اگر کوئی ان سے واسطہ رکھتا ہے۔ تو محض ناہیشتی۔ سچے پریم کیلئے وہ ہرگز موزوں نہیں ہوتے۔ اس طور بجائے دنیا میں پریم بڑھانے اور دوست بنانے کے نفرت بڑھتی ہے۔ اور دشمن کی صف میں اضافہ ہوتا ہے۔

ایسی صفت کو پیدا کرنے کے لئے کوئی خاص پریکٹس کی ضرورت نہیں  
محض قوت - ارادہ اور یاد دل میں ہونی چاہیے۔ کہ دیگر کے لئے ہم کسی  
طور باعث تکلیف نہ ہو جائیں۔ اور روزانہ جس کسی سے ہمارا واسطہ  
پڑے کو شش کرو۔ کہ اس کو اپنا دوست بناؤ۔ اور دوست تب ہی  
بن سکتا ہے۔ کہ اس میں INTERESTED محسوس کرو۔ اس میں  
کوئی نقص اگر ہے تو نکتہ چین بن کر اس کو مت جھجلاؤ۔ بلکہ حکمت عملی  
سے پہلے اس کی کسی صفت کی تعریف کر کے پھر طریقہ سے اس کو اس کا  
نقص جتلاؤ۔ ہمیشہ تعریف کا مادہ قائم رکھو۔

(۱) اپنے گھر میں ہر نمبر سے پریم بڑھاؤ۔ کسی کو طعنہ زنی یا گالی۔ یا  
رعب سے پیش نہ آؤ۔

(۲) کاروبار زندگی میں جس کسی سے واسطہ پڑے اچھے الفاظ سے  
عزت اور تعریف کر کے مخاطب ہو۔

(۳) اپنے ملازمین یا ماتحت کو اپنے سے کم نہ سمجھو۔ اور بجائے غصہ  
اور رعب کے پریم سے پیش آؤ۔

(۴) راہ چلتے جو کوئی ملے یا جس کسی سے واسطہ پڑے۔ اس کو  
مناسب ادب عزت اور محبت سے ملو۔ اور سنو۔

(۵) یہ خیال رکھو کہ برے الفاظ کا اثر تلوار کے پھٹ سے بھی زیادہ  
ہوتا ہے۔ اور وہ مدت تک بھی HEAL نہیں ہوتا +

# باب نمبر ۱۸

## جو سچے دل سے دیگر کی بہتری کا خواہشمند ہے

اچھا انسان وہ ہے جو پُر آپکاری ہو۔ جو اپنی بہتری کے مقابلہ میں دیگر کی بہتری کر کے زیادہ خوش ہو۔ جس کے دل میں پورا دشواری اور خیال ہو۔ کہ انسان کا فرض دیگر کی بھلائی اور بہتری کرنا ہے۔ اور ایشور اُس پر خوش رہتا ہے۔ جو ایشور کی دُنیا سے بہتری کے کام کرتا ہے۔ دیگر انسان کی بہتری اور امداد کرنا۔ ایشور کی بھگتی۔ ایشور کو خوش کرنا بندگی پر اچھا کے مترادف ہے۔

انسان جو شیر کو قابو کر سکتا ہے۔ مانتی جیسے بڑے جانور پر سواری کر سکتا ہے۔ سانپ کو مانتہ کھلونا رکھ سکتا ہے۔ جو شرف المخلوق ہے۔ اس کے لئے کوئی کام مشکل نہیں۔ محض قوت ارادہ اور اس پر عمل دیکار ہے۔ اور جو انسان ایک دفعہ اپنے دل میں عہد کر لیتا ہے۔ کہ اس نے اچھا بننا ہے۔ اور اچھے انسان کی صفات پیدا کر فی ہیں اور اس نیک کام میں بھگوان کی کرپا سے بہت جلد اور معمولی کوشش سے ہر صفت کا مادہ بنتا چلا جاتا ہے۔ کیونکہ جب ابتدا اچھی ہو جاتی ہے تو ترقی

جلد ہو جاتی ہے۔ اور پختہ سڑک پر سے لاری۔ ٹانگہ کے آسانی سے گزرنے کے برابر اچھا انسان ہر اچھے کام کو بہت جلد کر سکتا ہے۔ صفت ۱۸ پانے کے لئے وہ قوت ارادہ سے ہر وقت خیال رکھتا ہے۔ کہ وہ کیا کیا نیک کام جو دیگران کی بہتری کا موجب ہوں کر سکتا ہے۔ اور اس طور اس ارادہ کے زیر اثر وہ ہر لمحہ بہتری کے لئے کوشاں رہتا ہے اور کاہلی اور آرام طلبی کو چھوڑ کر کچھ نہ کچھ عملی طور پر تن میں۔ دھن سے کر دیتا ہے۔

(۱) مثلاً اپنی تحریر و تقریر سے دیگروں کو برائی سے بچانا۔ ان کو ان کے حقوق اور حالات سے بہرہ ور کرنا اور ان کے سوشل۔ اقتصادی حالات کو سدھارنا۔ تعلیم یافتہ کرنا۔ اچھے اور برے کمروں کے فرق اور نتائج سے واقف کرنا وغیرہ وغیرہ۔

(۲) اگرچہ دل کو قابو کرنا اور کسی طرف لگانا شروع میں مشکل کام ہے۔ مگر پریکٹس اور مناسب عمل سے جلد سب کچھ ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اپنا امتحان ہر روز شام کو خود لینا اور غلطی کے لئے پشچاتا پ اور آئندہ بہتر بننے کا وعدہ سب سے اچھی دوائی ہے۔



# باب نمبر ۱۹

## دیگر کی تکلیف اور نقصان متاثر ہو

دیگر کے نقصان اور تکلیف کو خود اپنا نقصان اور تکلیف سمجھنا ایک بڑی صفت ہے جو کہ ہر ایک اچھے انسان میں ہونی چاہیے۔ جو لوگ دیگر کی تکلیف سے خوش اور اس کے نقصان پر غرور سے تہقے لگاتے ہیں وہ سخت گنہگار اور نیز ان کے دل بھتر اور بے رحم ہوتے ہیں۔ جو انسان اس باب سے قبل کے باب باعمل طریق پر پڑھ چکا ہو اس کا دل قدرتا اور لازماً ہمدرد ہو گیا ہو گا۔ اور وہ لازماً دیگر کے دکھ درد میں شریک ہونے والا ہو گا۔ انسان ہی انسان کا سہارا ہے اگر ہم انسان ہو کر بوقت تکلیف دیگر کا سہارا بن کر اس کی تکلیف کا اجارہ نہ کریں گے۔ تو پھر دوسری اور کون سی الٹیور کی پیدائش الیا کر سکتی ہے۔ اس لئے ہر انسان کو اپنے دل میں بلکہ دل کی گہرائیوں میں یہ پرک کرنا چاہیے۔ کہ ہمارا زندگی جو کہ بھگوان کے ادھین ہے اور جو فانی ہے۔ اس سے ہم اچھے کام کریں۔ اور سب سے اچھا کام ہے کسی کی تکلیف کو دور کرنا۔ کسی کے نقصان پر اس کے نقصان کو

پورا کرنا یا اس کے لئے مناسب یقین کرنا۔ یا اگر پریکٹیکل طریق پر کچھ کرنے کے قابل نہیں۔ تو اپنی ہمدردی کا اظہار کرنا۔ اور دیگر کوشاں کرنا۔ مندرجہ ذیل چند مثالیں درج کی جاتی ہیں۔ اچھے انسان کے فرائض معلوم ہوں گے۔

(۱) ایک شخص کا لڑکا سخت بیمار ہے۔ وہ پریشان ہے۔ اگر ہم کسی طور اس کے واقف یا اس کے رشتہ دار یا پڑوسی ہیں۔ تو ہمارا فرض ہے۔ کہ اپنا کام چھوڑ کر اس کی ہمدرد کریں۔ حکیم۔ ڈاکٹر کو بلا دیں۔ سہارا دیں۔ حوصلہ دیں۔ بیمار کی تیمارداری کریں۔

(۲) ایک شخص بازار یا سڑک پر پڑا بیماری سے لڑا چاہے کوئی اس کا پرسان حال نہیں۔ ہمارا فرض ہے اس کو اٹھا کر حسب توفیق اس کی مدد کریں۔ گھر لے جا دیں۔ یا سرکاری ہسپتال وغیرہ میں داخل کرائیں۔

(۳) کوئی کشتہ یا شخص دشمن سے تباہ شدہ آپ کی شہر میں آتا ہے کہ اس کو کپڑا اناج درکار ہے۔ آپ کا فرض ہے۔ کہ حسب توفیق اس کی سہا یوتا کریں۔ اور اس کے لئے مناسب انتظام کریں۔

(۴) ایک شخص کا اچانک تمام مال و اسباب ٹوٹا جاتا ہے۔ اس کے لئے روٹی کے لئے بھی پیسہ نہیں رہتا۔ ہمارا فرض ہے کہ اس کی حسب توفیق مدد کریں۔ اور مناسب ہمدردی کا ثبوت دیں ۴۰

(۵) ایک شخص کے گھر ڈاکہ پڑھ جاتا ہے ڈاکو تمام کچھ لے جاتے ہیں۔ بیچارہ رو پیٹ رہا ہے۔ ہمارا فرض ہے کہ اُس کے ساتھ ہمدردی کریں۔ لیکن یہ نہیں کہ ہم اُس وقت یہ کہنا شروع کر دیں کہ یہ گنہگار تھا۔ یہ کبھی س تھا۔ یہ سرمایہ دار تھا۔ اچھا بد! — ایسا کہنا سخت گناہ ہے۔

(۶) اس طور پر دیگر شخص کی تکلیف کے وقت اُس کو نکتہ چینی کرنا۔ یا اس کے عیب کا یاد دلانا درست نہیں۔ بلکہ اس وقت ہر طور ہمدردی کرنی چاہیے +

# باب نمبر ۲۰

## جو اپنے سے چھوٹے سے بھی اچھی بات سیکھ لے

انسان جب تک زندہ ہے اُس کو ہر وقت ہر روز ہر لمحہ ایسی باتیں پیش آئیں گی جو کہ اُس کے لئے نئی ہونگی۔ اور وہ اس کی علمیت میں اضافہ بنیگی۔ کیونکہ انسان بچپن سے بڑھاپا تک سیکھتا ہی جاتا رہے۔ اور جو اچھا انسان ہے وہ ہمیشہ ہر ایک کی بات سنتا ہے اور اُسے پھر تولتا ہے۔ اور لازماً چھوٹے درجہ کے انسان یا کم عمر کے انسان بھی بعض اوقات ایسی باتیں اور فعل کرتے ہیں جو کہ دیگران کے لئے مانند اچھی مثال ہوں جو لوگ اچھے ہیں وہ بڑی خوشی سے ہر ایک کی بات جو اچھی ہے اُسے اچھی کہہ کر اُس پر کامزن ہونے پر تیار رہتے ہیں۔ مگر کئی اصحاب محض اپنی ڈگری والی تعلیم یا عمر رسیدہ ہونے کے سبب تمام دنیا کو اپنے سے کم عقل سمجھتے ہوئے کسی دیگر کی بات کو سننا بھی پسند نہیں کرتے۔ ایسے انسان بوجہ غلط خیال اور غرور نقصان اٹھاتے ہیں۔ اور اچھے انسان نہیں کہلائے جاسکتے۔ اس لئے اچھا انسان وہ ہے جو ہر چھوٹے بڑے کی بات کو

دل سے سُننے اور دیکھنے اور کہ اچھے کام اور افعال اور باتیں جو پائی جاتی ہیں  
اُن کو خوشی سے گرمین کرے۔ ایسا انسان ہر روز بہتر بنتا چلا جاتا  
ہے۔ اور دیگر ان اُس کی عزت اور قدر کرتے ہیں۔ اس میں غرور نہیں  
آتا۔ اور وہ ایسی صفت سے تمام چھوٹے بڑوں کا دلدادہ ہو جاتا  
ہے۔ مگر چھوٹے غریب اور کم حیثیت لوگوں کے افعال اور باتیں  
سُننے سے پہلے اُن لوگوں کے لئے دل میں محبت چاہیے۔ اور یہ خیال  
کہ وہ کسی طور چھوٹے نہیں ہیں۔ بھگوان ہر ایک میں براجمان ہے۔  
ہر ایک کو عزت اور اُلفت سے دیکھنا چاہیے۔ پھر تب بلا شک  
بہت کچھ ان سے بھی سیکھ پاؤ گے۔



## باب نمبر ۲۱

جو ہمیشہ علم حاصل کرنے میں کوشاں رہے

علم کے معنی میں جاننا۔ جو شخص اپنی علمیت بڑھانے کا قائل ہے۔ وہ اچھا انسان ہے۔ کیونکہ اس سے ایک تو وہ دن بدن زیادہ عالم۔ دنیا کے رازوں کا واقف اور ہر فن اور ہر بات میں ماہر ہوتا جائیگا۔ دوسرے اس کی زیادہ علمیت اس کی ترقی کا باعث ہوگی۔ ایسا شخص دنیا کے نشیب و فراز سے بہرہ ور ہونے کی وجہ سے غلطی کا شکار نہیں ہوتا۔ بلکہ وہ ایک مثال بن کر دیگران کے لئے ترقی کا باعث ہوتا ہے۔

علم حاصل کرنے کے لئے ایک انسان کو کسی زبان پر یعنی انگریزی۔ اردو۔ ہندی۔ سنسکرت وغیرہ پر عبور حاصل کرنا چاہیے۔ تاکہ وہ اچھی طرح اس زبان میں لکھی کتابیں پڑھ سکے۔ اور پھر اس زبان میں لکھی ہوئی اچھی کتابوں کا مطالعہ از بس ضروری ہے۔ اور اس زمانہ میں یہی ایک طریقہ سب سے بہتر طریقہ علمیت حاصل کرنے کا ہے۔ اچھے لیکچر کی کتاب گویا اچھے مصنف کی ذاتی حاضری کے مترادف

ہے۔ اور اس طرح اچھی کتابیں ان اچھے مصنفوں کی سوسائٹی ہوتی ہیں۔ کتابوں کے علاوہ اچھے انسانوں کی سوسائٹی بھی ایک ذریعہ علمیت ہے۔ اور اگر انسان اچھی سوسائٹی میں کچھ عرصہ گزارنے کا موقعہ روزانہ حاصل کرے۔ تو وہ پھر دنیا میں بہت کچھ سیکھ لیتا ہے۔ اس کے علاوہ پریس اور پلٹ فارم کے ذریعہ اچھے اور قابل انسانوں کے مضمون اور تقریریں سننے سے بھی انسان بہت مستفید ہو جاتا ہے۔ علاوہ بریں موجودہ زمانہ میں سینما اور ریڈیو بھی ایک وسیلہ علمیت ہے۔

اگر انسان دل میں تہیہ کر لے کہ اس نے بہتر بننا ہے۔ اور دنیا میں حالات اور اصلیت سے بخوبی بہرہ ور ہوا ہے۔ تو اس کو چاہیے کہ ہمیشہ دل میں خیال رکھے کہ وہ علمیت کا محتاج ہے۔ اور ہمیشہ کمی محسوس کرتا ہو۔ اندر سے بالآخر ترقی کا کو اختیار رکھے۔ اور وقت کے مطابق ہر واقعہ سے مستفید ہو سکے۔ اور ایک ڈائری برائے نوٹ ضروری پاس رکھے +

## باب نمبر ۲۲

جس نے اپنا روزانہ پروگرام رکھا ہوا ہو۔ اور اس پر  
کاربند رہے۔

ایک اچھے انسان کا فرض ہے۔ کہ وہ اندازہ لگا دے کہ اُسے ہر روز  
کیا کرنا چاہیے۔ یعنی زندگی کو بسر کرنے کے لئے آمدن کا وسیلہ بھگوان  
کی یاد جسمانی ترقی۔ علم۔ ملک و قوم کی ترقی۔ اور ترقی۔ امن۔ دھن سکے ہوا  
خاقت وغیرہ۔ ان تمام موٹی موٹی باتوں پر روزانہ عمل کرنے کے لئے  
ایک انسان کو چاہیے۔ کہ وہ مطابق حالات خود اپنے روزانہ ۲۴  
گھنٹے کو اسطور تقسیم کرے۔ کہ وقت مقررہ پر اپنی ٹر بولی یاد رہے۔ اور  
ساتھ ہی کامی۔ سستی سے بچتے ہوئے مقررہ کام کیا جاوے۔

میرے خیال میں ہر ترقی پسند انسان کو چاہیے۔ کہ وہ روزانہ  
یا ہفتہ وار پروگرام زندگی لکھ کر اپنے کمرہ میں سامنے لٹکائے  
رکھے۔ اور جس طرح سکول میں تعلیم کی گھنٹیاں مقرر ہوتی ہیں۔ اس  
طرح وہ اپنے پروگرام کے ہر آئیٹم پر کاربند رہے۔

مہم گریا میں لیٹ سے لیٹ پانچ بجے صبح اور موسم سرما میں چھ بجے صبح اٹھنا ضروری ہے۔ اور نیند کسی صورت میں آٹھ گھنٹہ سے زیادہ نہیں دینی چاہیے۔ اور کہ علی الصبح اٹھتے ہی رفع حاجت کے بعد ورزش سیر کر کے اشنان کیا جاوے۔ اور سندھیا اٹھوان کی یاد (سورج نکلنے سے پہلے ہو جانی چاہیے۔ اس کے بعد اپنے کاروبار کے مطابق کم از کم آٹھ گھنٹے اپنی کمائی پر صرف کرو۔ اور باقی وقت کو دیگر اہمیت میں تقسیم کرو۔ اور آخر شمس سورج غروب ہونے کے بعد پھر سندھیا لیکن وقت کی بانٹ ایسی کی جاوے۔ کہ اس میں تمام کام خوشی خوشی ہوتے جاویں۔ اور ہر کام خوشی سے کیا جاوے۔ پھر دیکھو ایک ماہ میں ہی آپ کی صحت، خیالات، کاروبار کس طہ زرتقی کرتا ہے۔ اور آپ کیا سے کیا بنتے جاتے ہیں۔

(نمونہ پروگرام۔ جو بلحاظ موسم تبدیل کر لیا جائے)

۶	۵	۴	۳	۲	۱
۶ بجے شام سے ۵ بجے شام آرام خانگی اشنانات۔	۸ بجے صبح سے ۴ بجے شام روزگار	۱۰ بجے صبح سے ۶ بجے تک ناشتہ	۱۱ بجے صبح سے ۷ بجے تک ادھین کا پچھی تھوڑی مطالعہ	۶ بجے صبح سے ۶ بجے تک سندھیا	۵ بجے صبح سے ۶ بجے تک رفع حاجت سیر۔ ورزش اشنان۔
۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷
۵ بجے شام یا ۱۰ بجے شام سے ۱۰ بجے شام ۵ بجے صبح نیند	۸ بجے صبح سے ۹ بجے زیادہ ۱۰ بجے شام تک تمام دن کی سربائی ان کے کاروبار اور تفریح کاروبار کے حالات۔	۱۱ بجے شام سے ۸ بجے تک کھانا	۱۲ بجے شام سے ۷ بجے تک سندھیا	۶ بجے شام سے ۷ بجے شام لاٹیری۔ اخبار۔ ریڈیو غیر۔	۵ بجے شام سے ۶ بجے شام تک اچھا کام

# باب نمبر ۲۳

## جو اصلیت کا متلاشی اور پیرو ہو۔

اچھا انسان ہمیشہ اصلیت کا حامی اور اُس پر کاربند رہنا چاہتا ہے۔ اور کہ وہ فانی۔ ناپائیدار۔ بناوٹی۔ جھوٹے اور نمائشی اصول۔ کرتویہ اور قول کا خو اشمند نہیں ہوتا۔ بلکہ اصل غیر فانی اور سچے اصولوں اور فعلوں کا دلدادہ ہوتا ہے۔ وہ ہمیشہ اُس واحد صفات الیٰہی کی شناخت اپنی اور اُس سے پریم اور اُس کو قریب لائے غیر فانی خوشی حاصل کرنا چاہتا ہے۔ وہ منہج کو حاصل کرنا چاہتا ہے نہ کہ منہج سے بہ آدرہ پانی کو۔ وہ جانتا ہے کہ زندگی محدود وقت ہے۔ اور ہر چیز جو جہاں میں ہم اپنی اپنی کہہ کر اس سے مانوس ہو رہے ہیں ایک دن ہم کو اُس سے جدا ہو جانا ہے۔ اور کہ وہ کیا چیز ہے۔ جو موت کے بعد بھی ہمارے ساتھ جاسکتی ہے۔ وہ صرف اپنا آتما ہے جو غیر فانی ہے۔ اِس لئے آتما کو پوتر بنانا، اچھا بنانا اور الیا بنانا کہ باعث سکھ ہو۔ یہ فرض زندگی ہے۔ گر پیدا ہو کر انسان دنیا کی فانی معاملات میں ایسا جکڑا رہتا ہے کہ وہ اصلیت کو بھول جاتا ہے



اور لایعنی معاملات کو اہمیت دیکر دراصل مقصد زندگی کھودیتا ہے۔  
 اس لئے جو انسان اچھا ہے یا اچھا بننا چاہتا ہے۔ اس کو چاہیئے  
 کہ وہ دھن۔ دولت۔ خوبصورتی۔ حسن وغیرہ پر اپنے دل کو نہ  
 لگا دے۔ بلکہ ان اشیاء سے متبرارہ کر اس منہج یعنی بھگوان  
 کے پریم میں لگا رہے۔ بھگوان کی دنیا کی خدمت بھگوان کو جاننا  
 اور اچھے کرم اور اصول پر کامزن رہے۔ اچھا بنی جو ہے وہ  
 غیر فانی ہے۔ اور کہ ہر اچھا کرم اور قول بھی غیر فانی ہے۔ ایک  
 نوجوان شخص ایک نوجوان خوبصورت لڑکی کو دیکھتا ہے۔ اگر وہ  
 اچھا شخص نہیں ہے۔ تو وہ ممکن ہے۔ اس کے حسن کا دل فریفتہ ہو  
 کر دل کو اس کی محبت پر لگا دیوے۔ مگر اچھا شخص ایسے وقت پر  
 فوراً خیال کر لگا۔ کہ نوجوان لڑکی کی خوبصورتی بنانے والا کوئی ہے  
 اور ہمیشہ بنانے والا اس سے زیادہ اوصاف کا مالک ہے۔ اور  
 اس طرح ایشور کے پیدا کردہ اس فانی جسم سے محبت لگانے کی بجائے  
 وہ اچھا انسان اس ایشور پر مانتا ہے محبت لگائے گا۔ جو کہ کئی  
 کروڑ زیادہ خوبصورت ہے ۴

## باب نمبر ۲۴

روزانہ صبح شام کم از کم آدھ گھنٹہ کے لئے بھگو ان  
کی یاد میں اکانت میں بیٹھے۔

بھگو ان سے پریم۔ بھگو ان کا شکریہ۔ ان کی ہربانی کو ہر قرار  
رکھنا۔ اپنے آپ کو جاننا وغیرہ۔ یہ سب باتیں تب ہی ممکن ہیں۔ کہ  
ہم ہر روز صبح و شام اکانت میں بیٹھ کر اپنے آپ کو یکسوئی میں لا کر  
ایشور کی یاد کریں۔ ویسے تو بھگو ان کی یاد ہر وقت ہر لمحہ دل میں رہتی  
چاہیے۔ مگر دنیاوی دھندلوں سے بالآخر ہر کم از کم آدھ گھنٹہ  
کے لئے صبح و شام ان کی یاد میں بیٹھنا خاص اثرات رکھتا ہے اور  
انسان خواہ وہ کیسا اور کتنا گنہگار بھی ہو۔ بہتر یہ بتا چلا جاتا ہے۔  
اور وہ اچھا انسان بن جاتا ہے۔

بدقسمی سے ہم لوگوں کا رجحان ایشور بھگتی اور روحانیت کی  
طرف بہت کم رہ گیا ہے۔ اور یہ محض بدیشی حکومت اور ویدک رولز کی  
تادافیت کا یہ وجہ سے ہے۔ نکتہ چینی کرنا یا خود بخود گوروں کو بیٹھنا یا

خود اپنا سدھانت اور اُس کے پیچھے اوروں کو لگانا۔ یہ عام و طبیعہ ہو چکا ہے اور اس طرح بجائے اچھائی کے بُرائی ہو رہی ہے۔ اور اصل بات اور جائز ابتداء سے محروم رہ رہے ہیں۔ اور اگر کسی شخص کو بھگو ان کی یاد میں دلچسپی پیدا بھی ہو۔ تو وہ چند منٹوں میں بھگو ان کو دیکھنا چاہتا ہے۔ جو کہ ناممکن ہے۔ اس لئے ہر شخص کو چاہیئے کہ وہ کسی ویدک عالم سے طریقہ سدھیا سیکھے۔ یا خود پتھل لیگ سینئر کا بغور مطالعہ کر کے اُس پر عمل کرے۔ یہ ایک ویدک کتاب ہے جس میں آپ اصلیت کا راستہ پاؤ گے۔ ناواقفیت کی حد یہاں تک ہے کہ بہت سے لوگوں کو یہ بھی معلوم نہیں۔ کہ بھگو ان ساکار (شکل والے) آکار ..... اور نرنکار ..... تینوں ہیں۔ آپ اُن کو کسی قسم کا خیال کر کے اُن کی پوجا شروع کر دیوں۔ اور کہ اُن کو ساکار کے طور پر یاد کرنے کا طریقہ آسان کہا گیا ہے۔ گیتا میں ادھیانے بارہ شلوک پانچ میں صاف لیا درج ہے۔

اور کہ مندروں میں جو مورتیاں ہیں وہ بھگو ان کے روپ یا فوٹو سمجھیں۔ اور مورتی پوجا کے معنی مورتی میں پوجا ہیں۔ جو کہ ایک ابتدائی آسان طریقہ الشور سے پریم کرنے کا ہے۔ اُس کے بعد پریکٹس سے خود بخود دیگر راستے معلوم ہوتے چلے جاتے ہیں۔ اس لئے ایک اچھا انسان ہنسنے کے لئے ہر صبح شام بھگو ان کی یاد میں اکانت میں بیٹھنا نہایت ضروری ہے۔

## باب نمبر ۲۵

ملک و قوم کی بہتری کیلئے ہر قربانی کیلئے تیار ہو۔

یہ زندگی دھن دولت جائیداد سب کچھ فانی ہے۔ جو پیدا ہوا  
 ہے۔ اُسے ایک روز مرنا ہے۔ جسم ایک منٹ میں ختم ہو جاتا ہے۔  
 اور بیا بادشاہ یا فقیر۔ ہر ایک کو ایک دن کو چ کرنا ہے۔ یہ سب  
 باتیں درست ہوتے ہوئے بھی اگر ہم دنیا میں اس طے جکڑے  
 رہیں۔ کہ ہمیں ہر دم اپنی زندگی اور جائیداد سے پیار اور اس قدر  
 ممتا بنی رہے۔ کہ ہم اپنی زندگی اور جائیداد کو صرف اپنے منہ  
 اور ضرورت کو باعث سمجھ رکھیں۔ تو کتنی غلطی ہے۔ اس لئے جو  
 اچھا انسان ہے وہ اس عام فہم بات پر عمل پیرا رہتا ہے۔ اور  
 دل میں پورے یقین سے قائل رہتا ہے۔ کہ دنیا میں جو سب کچھ  
 ہمارا ہمارا دکھائی دے رہا ہے۔ نہ معلوم کس طرح ہم اس سے  
 جڈا یا یہ ہم سے نکل جادے۔ اور وہ اپنی زندگی اور جائیداد  
 کو اچھے کام پر صرف کرنے کے موقع کو غنیمت جانتا ہے۔ اور کہ  
 وہ جانتا ہے۔ کہ اگر ہماری زندگی یا جائیداد سے بجائے ہمارے

دیگر اس تمام کو فائدہ پہنچتا ہے۔ تو وہ اس کام کو خوشی سے سرانجام دیتا ہے۔

ہر انسان کو چاہیے۔ کہ وہ اپنے ملک و قوم کی بہبودی اور بہتری کے لئے کوشاں رہے۔ اور کہ وقت ضرورت یہاں تک قربانی کرنے پر تیار رہے۔ کہ وہ اپنی جان پر سے گریز نہ کرے جس قوم و ملک میں ایسا مادہ قربانی ہوگا۔ وہ ملک خودداری اور عزت کی زندگی بسر کرے گا۔ اور کہ اس ملک پر کبھی کسی دیگر ملک کو جرات حملہ نہ ہوگی۔ اور ساتھ ہی اس ملک کا ہر فرد و بشر سکون کی زندگی بسر کرے گا۔



# باب نمبر ۲۶

## جو کام سے بچے

کام کے معنی ہیں۔ نا جائز عشق یا PASSION یا LUST وغیرہ۔ ہر اچھا انسان وہ ہے جس نے اپنی اندریوں کو بس میں کیا ہو جس کا اپنے خیالات اور خواہشات پر قابو ہو۔ جس نے اپنے من کو زیر کیا ہو۔ مگر کہنے اور کرنے میں زمین اور آسمان کا فرق ہے۔ اور میرا خیال ہے کہ یہ صفت حاصل کرنا ایک انسان کے لئے سب سے مشکل کام ہے۔ مگر بزرگوں بڑے آدمیوں اور اچھی کتابوں میں دیئے گئے اصولوں کی پیروی کرنے سے سب مشکل آسان ہو جاتی ہے۔ اور انسان کامیابی سے یہ صفت پالیتا ہے۔ کام سے بچنے کے لئے مندرجہ ذیل باتوں پر عمل کیا جاوے۔

(۱) جو لوگ شادی شدہ ہیں ان کو چاہیے کہ سوائے اپنی عورت کے ہر دیگر عورت کو اپنی ہالی نہیں سمجھیں۔ اور اس اچھے خیال کو پریکٹس کرتے رہیں۔ اور جب کبھی کسی دیگر عورت کو دیکھنے کا اتفاق ہو۔ اپنی نظر اپنی گفتگو سچے بھائی بیٹے کی سی ہو۔ اور

شری سوامی دولکانند جی نے اپنے کرم یوگ میں لکھا ہے۔

“ He who thinks of another woman besides his wife, if he touches her even with his mind that man goes to dark hell.”

اور کہ ویدک اصول تو یہ ہے کہ اپنی عورت سے بھی مجامعت کا خیال صرف اس طور ہو کہ وقت مناسب پر آپ اولاد پیدا کرنے کی نیت سے ایسا کریں محض نفسانی خوشی یا خواہش کی خاطر نہیں کیا جاوے۔ مگر اس طور ہونا دنیاوی انسان کے لئے مشکل ہے اس لئے انسان کو چاہیے کہ اچھی صحت کی صورت میں مطابق ”ہدایت نامہ خاوند“ ہفتہ میں ایک دفعہ مجامعت کرے۔

(۲) انسان کا دیرج ذہ طاقت ہے جو کہ اس کا دماغ۔ دل۔ خون۔ جگر اور سمیت ہے۔ اس لئے خیال رکھو کہ جس قدر اس خزانہ عظیم کی دیکھ بھال اور حفاظت اور جمع ہوگی۔ اُس قدر آپ جسمانی دماغی روحانی طور پر اچھے ہوں گے۔

(۳) فحش لطریچہ یعنی عشقیہ قصے کہانیاں گندی اور عشقیہ باتیں اور کاسی آدمیوں کی سوسائٹی سے بچو۔

(۴) بھگوت گیتا میں سکھے ہوئے اصول کی پیروی کرو۔ کہ خوراک سا توک۔ فعل سا توک اور گفتگو سا توک ہو۔ منشی اشیا۔ تیز اور ترچھے

کھانوں سے پرہیز کرو۔  
 (۵) ہر روز علی الصبح لنگوٹ کس کر مالش کر کے درزش کرو۔ اور ہفتہ وار اپنا وزن کرو۔ اور کوشاں رہو۔ کہ جسم زیادہ مضبوط اور توانا ہو جائے۔ اور ایسا کرنے کے لئے ہر ہم چریہ یعنی کام سے بچنا ضروری ہے۔  
 (۶) خیال رکھو۔ کہ ناجائز عشق و وجہ رسوائی۔ بے عزتی۔ بیماری بلکہ جیل تک پہنچانے کا سبب بن جاتا ہے۔ اور کہ ایسا شخص دنیا میں بے عزت اور بری نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔ اور وہ دنیاوی ترقی بھی نہیں کر سکتا۔

(۷) ہر خوبصورتی۔ ہر حسن۔ ہر دل فریبی کا منبع صانع کوئی ہے۔ اس کا جواب ہے۔ کہ وہ بھگوان۔ اس لئے بجائے فانی خوبصورتی کے ہم کیوں نہ اس بھگوان سے عشق کریں۔ جو کل دنیا کے دل فریب اشیائے کا منبع ہے۔ اور پھر دیکھو کہ آپ کو کس قدر مسرت ہوتی ہے۔  
 (۸) اگرچہ دل یعنی من بڑا چنچل ہے اور ہوا کی طرح آزاد ہے۔ مگر لگاتار پریکٹس کرنے سے قابو آ جاتا ہے۔ اور پریکٹس یہ ہے کہ ہم اپنے دل کو یا تو بھگوان کے بس کریں۔ یا اسے اپنے بس میں رکھیں۔ اس کے علاوہ دیگر جگہ اس کا مطیع ہونا باعث ہر امر تکلیف کے اور کچھ نہیں۔

# باب نمبر ۲۷

## جو کروڑوں سے بچے۔

اچھا انسان وہ ہے۔ جو کروڑوں یعنی غصہ سے بچے۔ غصہ کا دوسرا نام بیوقوفی ہے۔ غصہ میں آکر انسان اپنی عقل اور مادہ سوچ چار کو کھو بیٹھتا ہے۔ اور ایسی بات اور حرکت سرزد کر دیتا ہے۔ جس کا پھر کبھی ازالہ نہیں ہو سکتا ہے۔ انگریزی کا محاورہ ہے۔

*Friendliness and gentleness are stronger than fury and force.*

کہ دوستانہ رویہ اور شرافت بمقابلہ طاقت اور غصہ زیادہ اچھی ہیں انسان کو چاہیے۔ کہ ہر وقت خیال رکھے۔ کہ وہ اس مومذی کی جڑ سے اڑکھڑکے۔ اور اگر ہم لگاتار ایک ماہ یہ روزانہ پریکٹس کریں کہ ہم نے غصہ کو مارنا ہے۔ اور روز شام کہ اپنا امتیاز لیکچر ایسری میں اس روز کی غلطی تحریر کر کے دوسرے روز بہتر مدینے کا عقیدہ کر لیں۔ تو لازماً ایک ماہ کے اندر آپ کے دل میں کافی طاقت قابو ہو جائیگی۔ اور غصہ جھڑپ میں تبدیل ہو جائے گا۔

مندرجہ ذیل امور قابل ذکر ہیں۔

- (۱) جو شیلی خوراک غصہ کو پیدا کرتی ہے۔ اس سے پرہیز کرو۔
- (۲) روزانہ صبح شام عقیدہ کرو۔ کہ غصہ کو قابو میں رکھیں گے۔
- (۳) اپنی زندگی سے ہی غصہ کی برائی اور غصہ سے پیدا شدہ برے اثرات کو یاد کرنا۔ تاکہ آئندہ غلطی نہ ہو۔
- (۴) روزانہ بھگوت گیتا کا پاٹھ کرنا۔

(۵) کتاب *How to win friends and Influence people* by Dale Carnegie.





# باب نمبر ۲۸

جو لوہکھ سے بچے۔

لوہکھ کا دوسرا نام لالچ ہے۔ ہر اچھا انسان اس بیماری سے بچا رہتا ہے۔ ورنہ اس کے زیر اثر آکر انسان اپنی زندگی کے تمام سکھ کھد بیٹھتا ہے۔ کیونکہ لاپروہ انسان ہمیشہ شکاربے عزتی اور رسوائی ہوتا ہے۔ اور اس کے علاوہ ہر وقت اس کو یہ بری عادت کسی نہ کسی چیز کو ناجائز یا برے طریقہ سے حاصل کرنے پر لگائے رکھتی ہے جس سے اس کے دل کی شانتی اور صبر نہیں رہتا۔ اور انسان خود نداری سے بعید ہو کر کمینہ، ذہنی تواضع جاتا ہے۔ انسان کو اپنا دل ایسا بنانا چاہیے۔ کہ اس میں خواہشات اور ضروریات کی کمی ہو جاوے۔ بلکہ کسی چیز کو ہونا نہ ہونا ایک برابر مدد جائے اور کہ وہ بشرطِ میسر اند کسی شے اسکو بلا ضرورت زیادہ حاصل نہ کرے۔ اور کہ دل میں یہ ارادہ نہ آنے پادے۔ کہ فلاں چیز مجھے مل جاوے یا زیادہ ملے۔

جو لوگ عام ETIQUETTE سے بہرہ ور ہیں وہ بلا کسی خاص پیکٹس اس سے بالاتر ہوتے ہیں۔ اور انکی عادت ایسی شائستہ ہوتی ہے کہ ان کے کبھی لوہی ہونے کی غلطی نہیں ہوتی ۹۰

# باب نمبر ۲۹

## جوموہ سے بچے۔

موہ کے معنی ہیں دل کا جکڑاؤ۔ دل کا پابند ہونا۔ یا محبت کے لیے  
بیں ہونا وغیرہ۔

اچھا انسان جو ہے وہ موہ سے بچنے کی کوشش میں رہتا ہے  
اور کہ جو لوگ موہ سے بچتے ہیں۔ ان کو تکلیف کم اور سکھ زیادہ ہوتا  
ہے۔ اچھا انسان اس اصول کو ہر دم یاد رکھتا ہے۔ کہ یہ دنیا فانی  
ہے۔ اس کی ہر شے ایک دن فنا ہوگی۔ اور کہ خود بھی اس دنیا کو  
ایک دن چھوڑنا ہے۔ اس لئے وہ دنیا کی اس ناپائیداری کو مد نظر  
رکھ کر اس کی چیزوں سے دل فریفتہ نہیں ہو جاتا۔ کیونکہ نہ معلوم  
کب کوئی چیز ختم ہو جاوے۔ اور اس کو صدمہ جہدائی اٹھانا  
پڑے۔ اچھا انسان اپنے بچوں۔ بیوی۔ دھن دولت۔ سہاؤ و سہارا  
وغیرہ کے لئے بھی خیال رکھتا ہے کہ یہ سب کچھ فانی ہے اس بھگوان  
کے ہاتھ میں ہے۔ اس لئے ان سے اس قدر وابستہ نہیں ہو جاتا  
کہ جہدائی باعث تکلیف ہو۔

جب تک انسان موہ میں پھنسا رہیگا۔ وہ کوئی ترقی دنیوی یا دینی نہیں کر سکیگا۔ کیونکہ ترقی کے لئے قربانی اور بہت کچھ کرنا پڑتا ہے جو موہ میں پھنسا ہوا نہیں کر سکتا۔ اور کہ بوقت موت موہ میں پھنسے ہوئے انسان کو سخت دکھ اور اذیت محسوس ہوتی ہے کیونکہ وہ ہر شے جس کو وہ اپنی اپنی کرتا تھا۔ جب دیکھتا ہے۔ کہ وہ ان کو یہاں ہی چھوڑ چلا ہے۔ تو موت کے بیانک درد اسے سخت لاچار کرتے ہیں۔ اس کے مقابلہ میں موہ سے بچا ہوا انسان ہر دم موت کو ہیک کہتا ہوا بلا کسی تکلیف اپنا جہم تیاگ دیتا ہے۔

ملک کی بہتری بچاؤ کے لئے نوجوانوں کو اپنے عزیز والدین کے عورتیں گھر چھوڑ کر میدان جنگ میں جانا ہوتا ہے جو نوجوان اچھے دل کے ہوتے ہیں۔ وہ تو فوراً وقت ضرورت گھراور سب سامان عیش و آرام کو بلائے طاق رکھ کر قربانی پر تیار ہو جاتے ہیں۔ مگر موہ میں پھنسے ہوئے انسان اس خافی موہ کے زیر اثر کوئی قربانی نہیں کر سکتے۔ اس لئے ہر اچھے انسان کو چاہیے کہ وہ دنیا کی کسی شے سے موہ مامتا نہ کرے +

# باب نمبر ۳

## جو اہنکار سے بچے۔

اہنکار کے معنی ہیں غرور۔ تکبر۔ گھمنڈ وغیرہ۔

عام محاورہ ہے کہ ”غرور کا سر نیچا“ جس کا مطلب ہے جو کوئی غرور کرتا ہے اُس کو سبکی اٹھانی پڑتی ہے۔ اور غرور کی وجہ سے ایک انسان اصلیت سے بھولا رہتا ہے۔ اور غلط طور پر سرشار رہتا ہو، مناسب کارکردگی سے پیچھے رہ کر تنزلی کی طرف چلا جاتا ہے۔ اس لئے کبھی بھی ایک انسان کو اہنکار نہیں کرنا چاہیئے۔ کہ وہ بڑا قابل ہے۔ بڑا امیر ہے۔ بڑا جوان ہے۔ بڑا اچھا ہے۔ وغیرہ وغیرہ۔ بلکہ اپنے آپ کو نہ جائیز اور نامکمل خیال رکھتے ہوئے ہر روز بہتر بننے کا خیال چاہیئے۔ پوجیہ مہاتما گاندھی جی نے ایک جگہ لکھا ہے کہ بڑا انسان وہ ہے جو اپنے آپ کو سب سے چھوٹا سمجھے۔ اس لئے ہر وقت اپنے آپ کو چھوٹا سمجھو۔ اور بڑے بننے کی آرزو جاری رکھو۔ راہبائیں بھی اہنکار کی بُرائی۔ اور اُس سے تباہی کی مثال دکھائی گئی ہے۔ اور کہ وہ یہ کہ راویں اہنکار کے تحت ہمیشہ یہ کہتا تھا کہ وہ بڑا

ہے۔ اس کے بڑے جو دہے ہیں۔ بڑی فوج ہے۔ شری رام چندر جی اس کے مقابلہ میں کوئی شے نہیں۔ اور اس انہکار نے اس کو کوئی انتظام مقابلہ نہ کرنے دیا۔ اور اس کو جنگ میں شکست بلکہ ہر طرح سے تباہی دکھنی پڑی۔

انہکاری استنخاص دنیا میں نفرت کی نگاہ سے دیکھے جاتے ہیں۔ کیونکہ ان کے الفاظ باعث رنج اور تکلیف ہوتے ہیں اور دیگر لوگ ان سے پریم کرنا نہیں چاہتے۔

اگر آپ ترقی کرنا چاہتے ہو۔ دنیا والوں کا پریم اپنے ساتھ رکھنا چاہتے ہو۔ ہر ایک کو خوش رکھنا چاہتے ہو۔ بھگوان کے پیار سے بھگت بننا چاہتے ہو۔ تو دل میں پرل کر لو۔ کہ ہم کبھی غرور۔ گھمنڈ۔ انہکار کے الفاظ منہ سے نہ نکالیں گے۔ اور نہ ہی موذی بد عادت کو اپنے جسم میں جگہ دیں گے۔ اس میں آپ ہر ترقی کا راز پائیں گے۔ ✽



الراقم  
گردھاری لعل گیتا  
بی۔ اے۔ ایل۔ ایل بی ایڈوکیٹ جوتن



(راقم نے ۱۲ بھادوں سمیت ۲۰۰۵ء کو ایک مضمون ”موجودہ وقت میں ہمارا فرض“ کے نام سے تحریر کیا۔ جو کہ بشکل اشتہار ان ایام میں شہر کیا گیا تھا۔ بغرض مسزید اشاعت اس کو نیچے درج کیا گیا ہے۔)

## موجودہ وقت میں ہمارا فرض

پاکستان کا وجود قائم ہونے سے جس قدر خون ریزی۔ تباہی بربادی ہوئی ہے۔ اس کی مثال ہسٹری میں نہیں ملتی۔ دو قوموں کی تصویر سے ہندوستان اور بالخصوص پاکستان میں عوام ایک دوسرے کے جانی دشمن ہو گئے۔ ہزاروں انسانی زندگیاں ختم کر دی گئیں اور لاکھوں انسان اپنے گھروں۔ جائیدادوں کو چھوڑنے پر مجبور ہوئے۔ سوال پیدا ہوتا ہے کہ اس قدر انتہائی ظلم کیوں ہوا ہے جواب میں کوئی اس ظلم کو محمد علی جناح کی غلط پالیسی۔ کوئی انگریز کی تقسیم حکومت کی چال۔ کوئی ہندو مسلمان کی عداوت اور کوئی کسی خاص جماعت کی دانستہ کاروائی سے منسوب کرتا ہے۔

اگرچہ مندرجہ بالا جواب سے کوئی نہ کوئی وجہ ضرور اس کا مظالم میں ظاہر طور پر موجب ٹھہری ہے۔ مگر درحقیقت ہماری تکلیفیں مصائب

اور گریہ زاریاں ہماری اپنی پیدا کردہ ہوتی ہیں۔ یعنی اپنے اچھے اعمال کا پھل سُکھ اور بُرے اعمال کا دکھ لازماً اٹھانا پڑتا ہے۔ اس لئے جو کچھ ہوتا ہے بد قسمتی سے ہمارے گناہوں کا نتیجہ ہے۔ اور میرا یقین ہے کہ ۹۹ فیصدی لوگ اس اصول کو جانتے ہیں۔

مگر کیا ہندوستان اور پاکستان کے لوگوں نے اس اصول کی اب بھی پیروی شروع کی ہے۔ میں کہوں گا۔ کہ ہرگز نہیں۔ بلکہ اب گناہ زیادہ ہو رہا ہے۔ کسی کو کھیلے افعال کا پشیمانی نہیں۔ سبھا یسوسائٹیاں یا حکومت بھی اس لائن پر کوئی عملی قدم نہیں اٹھا رہی ہے۔ چاہیئے تو تھا۔ کہ اس گھور پاپ اور ظلم جو ہو چکا ہے۔ اس کے لئے کئی دہائیوں کا برت ہر ہندو مسلمان رکھتا۔ اور مندروں۔ مسجدوں۔ گوردواروں میں بیٹھ کر بھگوان کے آگے روبرو کر معافی مانگی جاتی۔ اور آئینہ کے لئے بہتر بننے کے حلف اٹھائے جاتے۔ مگر افسوس جو ہونا چاہیئے تھا اس کے برعکس ہو رہا ہے۔ لیکن ابھی وقت گزر نہیں چکا۔ بھگوان ہر وقت ہر جگہ موجود ہیں۔ اس مضمون کے پڑھنے والے پیارے بزرگو، بھائیو، بہنوں میں آپ کو بھگوان کے نام پر اپیل کرتا ہوں۔ کہ آپ خود اور دیگر ان کو بھی کوشش سے مندرجہ ذیل امور کے لئے راغب کریں۔ اس سے ہم تمام کی بہتری ہوگی۔

(۱) ہر روز علی الصبح اٹھ کر بھگوان کی یاد میں کم از کم آدھ گھنٹہ کے لئے ہی بیٹھیو۔ اور سچے دل سے ان کے آگے درلاپ کر کے کھیلے گناہوں

(۱) اپنے یا دیگران کے لئے معافی مانگو۔ اور آئندہ کے لئے پرن کر دو۔  
 کہ کوئی پاپ نہ کریں گے۔ ہر روز بہتر بننے کی کوشش ہوگی۔ ایک  
 روز کی غلطی دوسرے روز یاد کر کے دوبارہ سرزد نہ ہونے دیں گے۔  
 (۲) ہمارا ہر کام اس نیت سے ہوگا۔ کہ یہ عوام کے فائدہ کے منافی  
 نہ ہو۔

(۳) ملک کے ہر فرد و بشر کے دکھ کو اپنا دکھ سمجھنا اور دکھی کی ہر ممکن  
 مدد کرنا۔

(۴) چور بازار دجو کہ وجہ قحط ہے) کی زدک تھام تشدد سے نہیں۔  
 بلکہ یہ احساس پیدا کر کے کہ یہ بڑا پاپ ہے اور قانوناً جرم ہے۔  
 (۵) حکومت وقت کی وفاداری اور تن من دھن سے حکومت کی  
 مدد کرنا۔ (دیہ خود اپنی مدد کرنی ہے)

(۶) ہر وقت بھگوان پر بھروسہ رکھتے ہوئے اپنے فرائض زندگی  
 کو خوشی اور تندہی سے سرانجام دیں گے۔

(۷) مادہ نفرت اور دوج کا تیگ کر کے اتفاق پیدا کریں گے۔

(۸) ہر ایک انسان۔ حیوان۔ شے میں بھگوان ہیں۔ یہ یقین  
 رکھتے ہوئے ہر ایک سے نیک اور سچا پریم کریں گے۔

(۹) اپنی ضروریات زندگی اپنی نیک کمائی سے پوری  
 کریں گے۔

(۱۰) ملک کی بہبودی کے لئے ہر قسم بانی پر تیار

رہیں گے +

الراقم  
گردھاری نعل گیتا  
بی۔ اے۔ ایل۔ ایل۔ بی ایدو کیٹ جموں (توی)



دیشن پریں جیون میں زیرِ استہمام دیوانِ نرسنگھ داس نرگس  
چھپا \*



